令和7年度

献立予定表

丸亀市飯山学校給食センター
TEL　９８－２２３５

日	曜日	献立名			主にエネルギーのもとになる食品		主に体をつくるもとになる食品		主に体の調子を整えるもとになる食品		エネルギー（kcal）	
		主食等	牛乳	副食等	主に炭水化物	主に脂肪	主にたんぱく質	主に無機質	主にカロテン	主にビタミンC	小学校	中学校
											献立のねらい	
1	木	ミルクパン	牛乳	鶏肉の新茶あげ コールスローサラダ 野菜スープ	パン　でんぷん 砂糖 じゃがいも	油 エッグフリーマヨネーズ	鶏肉　ハム ベーコン	牛乳	にんじん パセリ チンゲン菜	キャベツ　きゅうり コーン セロリ　玉ねぎ	599	759
											新茶について	
2	金	たけのこご飯	牛乳	さわらの香味焼き 小松菜のおひたし えのきのみそ汁　かしわもち	米　砂糖 かしわもち	油	油あげ　さわら かつお節 豆腐　みそ	牛乳 わかめ	葉ねぎ 小松菜 にんじん	たけのこ　しょうが もやし　キャベツ えのきたけ　玉ねぎ	612	746
											端午の節句	
7	水	麦ごはん	牛乳	豚肉と玉ねぎのしょうが炒め チンゲン菜のごまドレッシングあえ じゃがいものみそ汁	米　大麦 砂糖 じゃがいも	油　ごま	豚肉　ハム 油あげ みそ	牛乳 わかめ	チンゲン菜 にんじん 葉ねぎ	玉ねぎ　しょうが もやし	600	759
											旬：玉ねぎ、じゃがいも	
8	木	カミカミデー さぬきの夢パン （小・中）チョコ大豆バター	牛乳	うずら卵とチンゲン菜のクリーム煮 ごぼうサラダ 甘夏	パン　じゃがいも 砂糖　小麦粉 （チョコ大豆バター）　ごま	油　ごま油 バター	うずら卵 あさり　ハム ベーコン	牛乳 生クリーム	にんじん チンゲン菜 小松菜	エリンギ　玉ねぎ ごぼう　きゅうり コーン　甘夏	684	842
											よくかんで食べよう 旬：甘夏	
9	金	麦ごはん	牛乳	焼き豆腐のみそそぼろ煮 そら豆のカレーあげ きゅうりのごまあえ	米　大麦 天ぷら粉　砂糖 でんぷん	油　ごま ごま油	豆腐　豚肉 みそ	牛乳 わかめ	チンゲン菜 にんじん　葉ねぎ 玉ねぎ　白ねぎ　しょうが　干ししいたけ	そら豆　きゅうり キャベツ　にんにく	658	836
											旬：そら豆 生産者に感謝して食べよう	
12	月	麦ごはん	牛乳	さばのみそだれかけ キャベツのおかかあえ けんちん汁	米　大麦 砂糖　でんぷん こんにゃく		さば　みそ かつお節 豆腐　鶏肉	牛乳	小松菜 にんじん 葉ねぎ	しょうが　キャベツ もやし　大根 ごぼう	621	764
											バランスのよい食事	
13	火	コッペパン	牛乳	鶏肉のガーリック焼き ポテトサラダ ABCスープ	パン　マカロニ 砂糖 じゃがいも	エッグフリーマヨネーズ 油	鶏肉　ハム ベーコン	牛乳	にんじん パセリ セロリ	にんにく　しょうが 玉ねぎ　きゅうり キャベツ	606	771
											食欲が出る食事	
14	水	オリーブ豚のカレーライス （ダイシモチ麦ごはん）	牛乳	キャベツのアーモンドサラダ 小夏	米　小麦粉　砂糖 ダイシモチ麦 じゃがいも	油 バター アーモンド	オリーブ豚 ベーコン 大豆	牛乳 脱脂粉乳 チーズ	にんじん キャベツ 小夏　コーン	枝豆　玉ねぎ　セロリ エリンギ　干ししいたけ にんにく　しょうが　りんご	683	885
											旬：小夏	
15	木	コッペパン	牛乳	白いんげん豆のシチュー キャロットサラダ いりこととナッツのオリーブオイルがらめ	パン　小麦粉 じゃがいも 砂糖	油　アーモンド バター オリーブ油	白いんげんまめ 鶏肉　ツナ	牛乳 脱脂粉乳 かえり	にんじん パセリ	玉ねぎ　セロリ しめじ	581	738
											白いんげん豆	
16	金	焼き鳥丼 （麦ごはん） 小2まで	牛乳	きゅうりの即席づけ 豆腐とわかめのみそ汁	米　大麦 砂糖 でんぷん	ごま	鶏肉　豆腐 油あげ　みそ	牛乳　昆布 わかめ ちりめん	にんじん 葉ねぎ	玉ねぎ　きゅうり キャベツ	614	784
											手洗いをしよう	
19	月	食育の日 麦ごはん	牛乳	さけのてり焼き キャベツのしらすあえ 豚汁	米　大麦 砂糖　こんにゃく でんぷん	油	さけ　豚肉 みそ	牛乳 ちりめん	小松菜 にんじん 葉ねぎ	しょうが　キャベツ もやし　ごぼう 玉ねぎ	578	698
											はしを正しく使おう	
20	火	コッペパン	牛乳	ポークビーンズ 小いわしのフライ アスパラガスのサラダ	パン　砂糖 じゃがいも	油	ハム　ベーコン 豚肉 大豆	牛乳 小いわし	アスパラガス にんじん パセリ	キャベツ　コーン 玉ねぎ　にんにく	620	790
											丸亀市産：アスパラガス	
21	水	ごはん	牛乳	かつおの黒潮ソースかけ チンゲン菜とたくあんのごまあえ わかたけ汁	米 でんぷん 砂糖	油 ごま	かつお 豆腐 なると	牛乳 わかめ	チンゲン菜 葉ねぎ	しょうが　うめ もやし　たくあん たけのこ	592	751
											かつおについて	
22	木	黒糖パン	牛乳	じゃがいものチーズ焼き じゃこの鉄骨サラダ キャベツと肉団子のスープ	パン　春雨 砂糖 じゃがいも	ごま 油	ベーコン ミートボール(鶏・豚) あさり	牛乳　ちりめん チーズ ひじき	パセリ にんじん チンゲン菜	きゅうり　コーン キャベツ　玉ねぎ 干ししいたけ　しょうが	616	783
											成長期に必要な栄養素	
23	金	丸亀地産の日 山菜おこわ	牛乳	ささみのごまあげ そら豆のあま煮 月菜汁	米　もち米 天ぷら粉　砂糖	油 ごま	鶏肉 油あげ うずら卵	牛乳	にんじん 葉ねぎ チンゲン菜	たけのこ　わらび そら豆　玉ねぎ	669	832
											丸亀市産：そら豆	
26	月	麦ごはん	牛乳	手作りメンチカツ キャベツのゆかりあえ すまし汁	米　大麦 パン粉 小麦粉	油	豚肉　牛肉 卵　豆腐 なると	牛乳 わかめ	にんじん 葉ねぎ ゆかり	玉ねぎ　キャベツ もやし　きゅうり	680	862
											手作りの良さを知ろう	
27	火	米粉パン	牛乳	春野菜のポトフ アーモンドいりこ フルーツポンチ	パン　砂糖 じゃがいも ゼリー　ナタデココ	アーモンド 油	鶏肉 ウィンナー	牛乳 かえり	にんじん チンゲン菜 パセリ	セロリ　キャベツ 玉ねぎ　しめじ パイナップル　黄桃	592	754
											小煮干しの栄養	
28	水	えんどうごはん	牛乳	鶏肉の和風ソースかけ 小松菜のごまドレッシングあえ ふしめん汁　（小・中）さつまいもチップス	米　砂糖 でんぷん ふしめん	ごま油 ごま　油 （さつまいもチップス）	鶏肉 ハム 油あげ	牛乳	葉ねぎ 小松菜　にんじん チンゲン菜	グリーンピース にんにく　しょうが もやし　大根　玉ねぎ	620	774
											丸亀市産：えんどう豆	
29	木	コッペパン （小・中）メープルジャム	牛乳	白身魚のレモンソース 元気サラダ フォーのスープ	パン　砂糖 でんぷん （メープルジャム）	油 フォー	メルルーサ　あさり ハム　うずら卵 かつお節　豚肉	牛乳 昆布	にんじん 葉ねぎ チンゲン菜	レモン　キャベツ コーン　きゅうり 玉ねぎ	633	786
											ベトナムについて知ろう	
30	金	ビビンバ（麦ごはん）	牛乳	（牛肉・ナムル・錦糸卵） わかめスープ ヨーグルト	米　大麦 砂糖	油 ごま油	牛肉　豆腐 錦糸卵 ベーコン	牛乳 ヨーグルト わかめ	葉ねぎ 小松菜 にんじん	にんにく　しょうが もやし　玉ねぎ 干ししいたけ	594	752
											韓国料理に親しもう	

【香川印給食ウイーク】（19日～23日）香川県でとれた農水畜産物を使った給食を提供する取り組みの週間。
＊献立は、材料その他の都合により変更することがあります。　＊（小・中）は小・中学校に、（中）は中学校につきます。
＊エネルギーは、小学校4年生（基準値　630kcal）・中学校2年生(基準値　820kcal)の値です。

丸亀市産食材
アスパラガス　小松菜　チンゲン菜　葉ねぎ　キャベツ　きゅうり　大根(有機)　玉ねぎ　パセリ　そら豆　グリーンピース

香川県産の食材
米　麦　米粉パン　さぬきの夢パン　天ぷら粉　牛乳　卵　鶏肉　オリーブ豚　小いわし　かえり　ちりめん　小えび　玉ねぎ　そら豆　アスパラガス
グリーンピース　セロリ　えのきたけ　たけのこ　甘夏　レモン　新茶