

日	曜日	献立名		おもに体の組織をつくる		おもに体の調子を整える		おもにエネルギーになる		献立のねらい	エネルギー (kcal)	
				1群	2群	3群	4群	5群	6群		小学校	中学校
7	火	コッペパン	瀬戸のチャウダー ブロッコリーサラダ ココアビーンズ	ベーコン とり肉 あさり 大豆 ハム	牛乳 牛乳・乳製品 小魚・海藻	にんじん ブロッコリー パセリ チンゲンサイ	たまねぎ にんにく キャベツ コーン	コッペパン じゃがいも さとうでんぶん ふしめん 小麦粉	油 バター	旬： ブロッコリー あさり	603	765
8	水	春の香りずし	かぼちやのてんぷら キャベツのアーモンドあえ 月菜汁	油あげ 高野どうふ	牛乳 ちりめん	にんじん ねぎ かぼちや こまつな	葉ごぼう しいたけ キャベツ しめじ	米 さとう 天ぷら粉 白玉だんご	油 アーモンド	葉ごぼうを 使った おすし	626	825
9	木	こくとうパン	たけのことり肉のチリソースに ビーフンスープ ヨーグルト	とり肉 うずら卵 ぶた肉 あさり	牛乳 ヨーグルト	グリーンアスパラガス にんじん ねぎ チンゲン菜	にんにく しょうが 白ねぎ たまねぎ きくらげ たけのこ	コッペパン さとう でん粉 ピーフン	油	協力して はいぜん しよう	645	821
10	金	ポークカレー ライス (麦ごはん)	ひじきとツナのサラダ はっさく	ベーコン ぶた肉 まぐろ	牛乳 ひじき だし粉乳 チーズ	にんじん	にんにく キャベツはっさく エリンギ りんご コーン	米 さとう じゃがいも 小麦粉	油 バター ごまドレッシング	旬： はっさく	628	783
13	月	むぎごはん	こうやどうふの卵とじ ししやものいそべあげ 小松菜のごま酢あえ	とり肉 こうやどうふ 卵	牛乳 子持ちししや も あおのり	にんじん さやいんげん 小松菜	たまねぎ しいたけ もやし	米 麦 じゃがいも さとう てんぷら粉	油 ごま	はしの もち方	660	855
14	火	こめこパン	カレービーンズ アスパラガスのサラダ いりごとアーモンドのオリーブ オイル	とり肉 大豆	牛乳 かえり	にんじん トマト グリーンアスパラガス	たまねぎ しめじ キャベツ コーン	米粉パン じゃがいも さとう	油 オリーブ ごま ドレッシング アーモンド	旬： アスパラ ガス	595	757
15	水	むぎごはん 幼と小1、2年のみ	マーボーどうふ バンバンジーサラダ	とうふ ぶた肉 大豆 みそ とり肉	牛乳	にんじん なら ねぎ	にんにく しょうが たまねぎ しいたけ きゅうり コーン きくらげ	米 麦 さとう でん粉 春雨	油 ごま油 ごま バンバンジード レッシング	とうふの えいよう	599	757
16	木	コッペパン	ささみのレモンソースに ポテトサラダ ABCスープ	とり肉 ハム ベーコン	牛乳	にんじん パセリ チンゲンサイ	きゅうり コーン たまねぎ キャベツ レモン しめじ	コッペパン でん粉 上新粉 さとう	油 エッグフリーマ ヨース	とり肉の えいよう	642	815
17	金	むぎごはん	さけのてりやき 小松菜とコーンのあえもの オリーブ豚汁	さけ まぐろ ぶた肉 みそ とうふ	牛乳	小松菜 にんじん ねぎ	しょうが コーン もやし ごぼう 切干大根 たまねぎ	米 麦 さとう でん粉	油	オリーブ豚	623	778
20	月	むぎごはん	ぶた肉と玉ねぎのしょうがいため 小松菜のごまドレッシングあえ とうふのみそ汁 【中】昆布大豆	ぶた肉 ハム みそ とうふ 油あげ 【中】大豆	牛乳 わかめ 【中】こんぶ	小松菜 にんじん ねぎ	しょうが たまねぎ もやし	米 麦 さとう でん粉	油 ごま	食器の位置	590	776
21	火	まるがめの日 さぬきゆめパン 黒豆きなこ クリーム	春野菜のポトフ 小煮干しとアーモンドのいりに いちご入りフルーツポンチ	とり肉 ウインナー	牛乳 こぼし	にんじん チンゲン菜 パセリ	セロリー キャベツ たまねぎ しめじ いちご バイン 黄桃 みかん	全粒粉パン じゃがいも さとう ゼリー	油 アーモンド 黒豆きなこ クリーム	香川県産 いちご	634	785
22	水	入学・進級お祝い 赤飯	とり肉のてりやき 春キャベツのゆずかあえ ふしめん汁 おいわいクレープ	小豆 とり肉 かつおぶし 油あげ	牛乳	ほうれん草 にんじん ねぎ	しょうが 大根 キャベツ ゆず たまねぎ	米 もち米 さとうでんぶん ふしめん クレープ	油	入学・進級 お祝い献立	651	769
23	木	こがた ミルクパン	ミートスパゲティ 元気サラダ キャンディチーズ	牛肉 ぶた肉 大豆 ハム かつおぶし	牛乳 チーズ こんぶ	にんじん	たまねぎ グリーンピース にんにく キャベツ コーン きゅうり	ミルクパン スパゲッティ さとう	油	はしの使 い方	600	793
24	金	ごはん	とり肉とじゃがいものにも 春キャベツのこんぶあえ 小いわしのフライ	とり肉 うずら卵	牛乳 しおこんぶ ちりめん こいわし	にんじん 小松菜	たまねぎ グリーンピース キャベツ	米 じゃがいも こんにやく さとう	油 ごま	しせい よく 食べよう	654	832
27	月	わかめごはん	白身魚のこうみあげ 小松菜とツナのあえもの たけのこのときに	まぐろ てんぷら かつおぶし メルルーサー	牛乳 わかめ あおのり	小松菜 にんじん	しょうが にんにく もやし たけのこ	米 麦 でん粉 上新粉さとう こんにやく	油	旬： たけのこ	599	755
28	火	カミカミデー コッペパン 【小中】メープル ジャム	うずら卵とアスパラのクリームに カミカミサラダ いちご	とり肉 うずら卵 あさり ハム さきいか	牛乳 だし粉乳 生クリーム	にんじん アスパラガス	たまねぎ しめじ キャベツ コーン ごぼう いちご	コッペパン じゃがいも さとう 小麦粉 ジャム	油 バター ごま	よくかん で 食べよう	600	749
29	水	昭和の日										
30	木	コッペパン	とりにくの新茶あげ ごもくサラダ 卵ととうふのスープ	とり肉 ちくわ ベーコン 卵 とうふ	牛乳 わかめ	グリーンアスパラガス にんじん チンゲンサイ	コーン しめじ 枝豆 キャベツ たまねぎ	コッペパン 上新粉 でんぶん さとう	油 ごま エッグフリーマ ヨース	八十八夜	630	798

【かがわ印給食ウィーク】(13日~17日) 香川県でとれた農水畜産物を使った学校給食を提供する取組の週間。

*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 *エネルギーは、小学校4年生(基準値630Kcal・中学校2年生810Kcal)の値です。

献立表のマークに注目



毎月8のつく日の1回はよくかんで食べてほしい食材を使います。



毎月19日は「食育(しょくいく)の日」です。食について考えよう。



市内でとれた農作物や郷土料理を取り入れます。4月21日「丸亀の日」は丸亀でとれた「パセリ」「チンゲン菜」を使ったポトフと香川県でとれた「いちご」を使ったフルーツポンチです。

- 丸亀市産食材** 小松菜 チンゲン菜 にんにく キャベツ アスパラガス 葉ごぼう パセリ
- 香川県産の食材** 米 小麦 牛乳 卵 米粉パン さぬきの夢パン オリーブ豚
とり肉 かえり 小いわし きくらげ たけのこ セロリー ブロッコリー
葉ねぎ にんじん(有機) はっさく いちご レモン果汁

