

令和7年度



給食献立表

(中)

宇多津町学校給食センター

日	曜	献立名			材料名					
					からだをつくるもとになる食品		体の調子をととのえる食品		熱や力のもとになる食品	
		主食	牛乳	おかず	肉・魚・卵・豆・豆製品	牛乳・小魚・海藻	緑黄色野菜	淡色野菜・きのこ・くだもの	穀類・いも・さとう	油脂類
2	月	コッペパン	○	じゃがいものミートグラタン 元気サラダ フルーツゼリーポンチ	ぎゅうにく ぶたにく レンズまめ ハム かつおぶし	ぎゅうにゅう チーズ こんぶ	トマト にんじん	たまねぎ にんにく きゅうり キャベツ コーン パイン みかん もも	パン じゃがいも さとう ゼリー	あぶら
3	火	梅ちりごはん	○	すずきの薬味ソース こんぶ和え 具だくさんみそ汁 かみかみ大豆	すずき あぶらあげ とうふ かみかみ豆	ぎゅうにゅう しらすぼし こんぶ	はねぎ こまつな にんじん	キャベツ ごぼう たまねぎ	こめ おおむぎ でんぶん さとう	あぶら ごま
4	水	小型揚げパン	○	和風スパゲティ ごまドレッシングサラダ	きなこと とりにく	ぎゅうにゅう ひじき	にんじん チンゲンサイ	たまねぎ しめじ マッシュルーム まいたけ キャベツ きゅうり コーン	パン さとう スパゲティ	あぶら ごま
5	木	麦ごはん ふりかけ	○	千草焼き キャベツのごま和え たまねぎのみそ汁	とりにく とうふ たまご あぶらあげ	ぎゅうにゅう ひじき	にんじん はねぎ こまつな	しいたけ キャベツ コーン たまねぎ	こめ おおむぎ さとう じゃがいも	あぶら ごま
6	金	ハヤシライス	○	ひじきとツナのサラダ びわ	ぎゅうにく ツナ	ぎゅうにゅう ひじき	にんじん	たまねぎ にんにく キャベツ きゅうり コーン びわ	こめ おおむぎ じゃがいも さとう こむぎこ	あぶら バター ドレッシング
9	月	コッペパン	○	チキンのブレゼ グリーンサラダ ポテトとコーンのスープ ミックスナッツ	とりにく	ぎゅうにゅう なまクリーム	パセリ はねぎ きバブリカ にんじん	たまねぎ マッシュルーム キャベツ きゅうり コーン	パン さとう じゃがいも	あぶら アーモンド カシューナッツ
10	火	麦ごはん	○	さけのみそマヨ焼き アーモンド和え ふしめん汁 スイートポテト	さけ あぶらあげ	ぎゅうにゅう	こまつな にんじん はねぎ	キャベツ たまねぎ しめじ	こめ おおむぎ さとう ふしめん スイートポテト	ノンエッグマヨ アーモンド あぶら
11	水	キムチごはん	○	小えびのから揚げ じゃこサラダ わかめスープ 青りんごゼリー	ぶたにく	ぎゅうにゅう 小えび ひじき しらすぼし わかめ	にんじん	しょうが キムチ えだまめ キャベツ きゅうり コーン たまねぎ だけのこ	こめ おおむぎ さとう でんぶん ゼリー	あぶら ごま
12	木	麦ごはん	○	じゃがいものもっちり揚げ きゅうりの梅こんぶ和え 豚汁 納豆	かまぼこ たまご ぶたにく なっとう	ぎゅうにゅう こんぶ	にんじん はねぎ	きゅうり キャベツ ごぼう たまねぎ	こめ おおむぎ じゃがいも でんぶん こんにゃく	あぶら
13	金	そぼろ混ぜ ごはん	○	焼きししゃも アスパラのおかか和え なめこのみそ汁 メープルマフィン	とりにく たまご かつおぶし	ぎゅうにゅう ししゃも わかめ	アスパラガス にんじん はねぎ	たまねぎ しょうが えだまめ キャベツ コーン なめこ	こめ おおむぎ さとう マフィン	あぶら
☆ 16日～20日 かがわ印給食ウィーク ☆										
16	月	米粉パン	○	具だくさんオムレツ ひじきサラダ 野菜スープ	たまご ベーコン	ぎゅうにゅう ひじき	あかバブリカ にんじん	たまねぎ エリンギ コーン きゅうり キャベツ セロリ しめじ	パン じゃがいも	あぶら
17	火	ゆかりごはん	○	高野豆腐の卵とし かがわ印サラダ かわちばんかん	こうやどうふ とりにく たまご えび	ぎゅうにゅう しらすぼし	にんじん さやいんげん アスパラガス	たまねぎ しいたけ キャベツ きゅうり かわちばんかん	こめ おおむぎ じゃがいも さとう	あぶら
18	水	セルフサンド	○	(オリーブ豚のコロッケ) (ゆで野菜) ミネストローネ	ぶたにく 白いんげん豆 ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん パセリ トマト	たまねぎ コーン キャベツ セロリ	パン こむぎこ じゃがいも パンこ マカロニ	あぶら
19	木	牛ごぼう ごはん	○	小いわしのフライ きゅうりの即席づけ 具だくさんみそ汁	ぎゅうにく あぶらあげ	ぎゅうにゅう 小いわし しらすぼし こんぶ	にんじん はねぎ	しょうが ごぼう えだまめ きゅうり キャベツ たまねぎ えのきたけ	こめ	あぶら ごま
20	金	ドライカレー	○	かみかみサラダ メロン	ぎゅうにく ぶたにく ぶたレバー ハム レンズまめ さきいか	ぎゅうにゅう	にんじん ピーマン	たまねぎ ごぼう きゅうり コーン メロン	こめ おおむぎ さとう	あぶら ごま
23	月	ミルクパン	○	ナポリタンスパゲティ 海藻サラダ ココアビーンズ	ベーコン たいす	ぎゅうにゅう かいそうミックス	にんじん ピーマン トマト	たまねぎ きゅうり キャベツ コーン	パン さとう スパゲティ でんぶん	あぶら
24	火	ひじきごはん	○	いかのさらさ揚げ きゅうりのおかか和え じゃがいものみそ汁	とりにく あぶらあげ いか かつおぶし	ぎゅうにゅう ひじき	にんじん はねぎ	えだまめ しょうが きゅうり キャベツ たまねぎ	こめ さとう でんぶん じゃがいも	あぶら
25	水	古代米入り ごはん	○	焼き豆腐のそぼろ煮 小松菜のごまドレッシング 青梅ゼリー	やきとうふ ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん はねぎ こまつな	たまねぎ だけのこ しょうが にんにく もやし	こめ でんぶん こだいまい さとう ゼリー	あぶら ごま
26	木	ごはん	○	豚肉のしょうが焼き じゃがいもの和風サラダ 野菜のみそ汁 すもも	ぶたにく ハム かつおぶし あぶらあげ	ぎゅうにゅう	にんじん はねぎ	しょうが きゅうり コーン キャベツ たまねぎ すもも	こめ さとう じゃがいも	あぶら
27	金	中華どんぶり	○	もやしのごま酢和え アメリカンチェリー	ぶたにく いか えび うすらたまご	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん	しょうが だけのこ たまねぎ キャベツ きくらげ もやし きゅうり チェリー	こめ おおむぎ でんぶん さとう	あぶら ごま
30	月	小型 レーズンパン	○	冷やし中華 かぼちゃのそぼろかけ 豆乳プリン	とりにく たまご ぶたにく	ぎゅうにゅう	かぼちゃ はねぎ	レーズン きゅうり もやし しょうが	パン さとう ちゅうかめん でんぶん プリン	あぶら

献立は、食材その他の都合により変更することがあります。

