

令和6年



学校給食予定献立表

赤磐市立東学校給食センター

日付	献立名	【赤】の食品 おもに体をつくる	【緑】の食品 おもに体の調子を整える	【黄】の食品 おもにエネルギーのもとになる	エネルギー (kcal)	家庭でとりたい食品
1 (金)	【あかいわの日】 ごはん 牛乳 豚肉と野菜のたれいため 大根サラダ 一口洋なしゼリー	牛乳 みそ ぶた肉 ハム	しょうが にんじん たまねぎ ねぎ だいこん とうもろこし ゆず果汁	りんご キャベツ カービーマン	米 さとう 油 麦 はちみつ ゼリー	小 648 中 774 たまご
5 (火)	キムチチャーハン 牛乳 トック プリンパン	牛乳 牛肉 焼きぶた	にんにく ねぎ しめじ にんじん だいこん チンゲンサイ	はくさいキムチ たまねぎ	米 トック 油 麦 プリンパン	小 600 中 701 魚介類
6 (水)	ソフトめん豆乳クリームソース 牛乳 ツナサラダ	牛乳 豆乳 ツナ ベーコン みそ	にんにく にんじん キャベツ	たまねぎ マッシュルーム えだ豆	ソフトめん 油 アレクサンダーホワイトルウ さとう	小 676 中 809 いも類
7 (木)	コッペパン 牛乳 とり肉のアップルソースかけ こふきいも コンソメスープ	牛乳 青のり とり肉 ベーコン	りんご にんじん えのきたけ こまつな	レモン果汁 たまねぎ はくさい	パン じゃがいも でん粉 さとう	小 637 中 775 こさかな 小魚
8 (金)	【いい歯の日献立】 もち麦ごはん 牛乳 いかのかりんあげ さつま汁 しそひじきつくだ煮	牛乳 とり肉 けずり粉(幼小のみ) ひじき いか みそ	しょうが だいこん ねぎ	ごぼう にんじん	米 でん粉 さとう 麦 油 さつまいも	小 676 中 797 きのこ類
11 (月)	ぎょうざ風味のそぼろ丼 牛乳 中華風あえもの あんのういものムース	牛乳 大豆 ぶた肉 かまぼこ	しょうが キャベツ にんじん だいこん	にんにく ねぎ きゅうり	米 さとう でん粉 麦 油 ムース	小 673 中 792 かい 海そう類
12 (火)	ごはん 牛乳 おでん のり酢あえ	牛乳 ちくわ 厚あげ のり ぶた肉 ひらてん うずらたまご	にんじん さやいんげん もやし	だいこん ほうれんそう とうもろこし	米 さとう	小 673 中 806 くだもの
13 (水)	木の葉うどん 牛乳 ちくわのいそべあげ キャベツときのこのおひたし	牛乳 油あげ ちくわ とり肉 かまぼこ 青のり	たまねぎ ねぎ キャベツ	にんじん こまつな しめじ	うどん 小麦粉 油 さとう でん粉	小 628 中 782 いも類
14 (木)	カレーブルストサンド 牛乳 もち麦スープ	牛乳 ベーコン ウインナー	たまねぎ キャベツ だいこん こまつな	にんにく にんじん えのきたけ	パン もち麦 はちみつ	小 639 中 756 だいず 大豆・ 大豆製品
15 (金)	ごはん 牛乳 さけのチャンチャン焼き風 のっぺい汁 わかめふりかけ	牛乳 みそ かまぼこ 青のり さけ とり肉 わかめ かつおぶし	えのきたけ にんじん はくさい	たまねぎ ごぼう ねぎ	米 さとう でん粉 麦 ノンエッグマヨネーズ さといも	小 627 中 741 りよくおうしよくやさい 緑黄色野菜
18 (月)	ごはん 牛乳 チキン南蛮 ゆで野菜 きのこのみそ汁	牛乳 わかめ みそ とり肉 厚あげ	ブロッコリー にんじん えのきたけ	たまねぎ しめじ こまつな	米 さとう 油 麦 でん粉	小 678 中 811 しゅじつるい 種実類
19 (火)	たきこみごはん 牛乳 さばの塩焼き みそ汁	牛乳 さば 油あげ とり肉 ちくわ みそ	ごぼう えだ豆 だいこん	にんじん たまねぎ ねぎ	米 さとう 麦 じゃがいも	小 678 中 804 きのこ類
20 (水)	カレーラーメン 牛乳 野菜サラダ みかん	牛乳 なると ぶた肉 みそ	にんにく とうもろこし ねぎ カービーマン	たまねぎ たけのこ キャベツ みかん にんじん もやし カリフラワー	中華めん 油 ドレッシング	小 631 中 743 いも類
21 (木)	スイートポテトパン 牛乳 ビーフシチュー れんこんサラダ	牛乳 ツナ 牛肉	にんにく にんじん れんこん えだ豆	たまねぎ マッシュルーム とうもろこし	スイートポテトパン ビーフシチュールウ じゃがいも 油 ドレッシング	小 686 中 845 くだもの
22 (金)	ごはん 牛乳 みそチゲ 野菜の黒酢あえ	牛乳 とり肉 厚あげ あいがも肉 ラード みそ	たまねぎ えのきたけ にら たまねぎ にんじん はくさいキムチ カービーマン きゅうり もやし	だいこん はくさい きゅうり	米 さとう でん粉 麦 油	小 615 中 734 ぎょかい 魚介類
25 (月)	ごはん 牛乳 こんにやく入りホイコウロウ 大根の中華づけ	牛乳 みそ ぶた肉	しょうが たまねぎ たけのこ	にんにく キャベツ チンゲンサイ にんじん エリンギ だいこん	米 油 でん粉 麦 さとう ドレッシング	小 618 中 732 かい 海そう類
26 (火)	菜めし 牛乳 魚のもみじ焼き ふきよせ煮	牛乳 みそ さつまあげ 厚あげ たら とり肉 かまぼこ	青菜 ごぼう しめじ	にんじん だいこん さやいんげん	米 ノンエッグマヨネーズ さといも 麦 さとう	小 661 中 790 やさい 野菜
27 (水)	ちゃんぽんめん 牛乳 あげれんこんぎょうざ りんごのタルト	牛乳 いか みそ ぶた肉 ラード	しょうが きくらげ キャベツ にら にんにく	たまねぎ とうもろこし ねぎ れんこん しいたけ	中華めん 油 でん粉 パン粉 さとう 小麦粉 タルト	小 730 中 867 こさかな 小魚
28 (木)	てり焼きチキンバーガー 牛乳 さつまいもの豆乳スープ	牛乳 チーズ(小中のみ) ベーコン とり肉 豆乳	キャベツ にんじん とうもろこし	たまねぎ マッシュルーム	パン さつまいも ノンエッグマヨネーズ	小 681 中 815 りよくおうしよくやさい 緑黄色野菜
29 (金)	ぎょうどん 牛乳 おひたし むらさきいもチップス	牛乳 かまぼこ 牛肉	にんじん ごぼう ねぎ ほうれんそう	たまねぎ べにしょうが はくさい もやし	米 さとう 麦 むらさきいも	小 628 中 739 だいず 大豆・ 大豆製品

赤磐市でとれた「米、キャベツ、ねぎ、はくさい、さといも、だいこん」を使う予定です。
赤磐市の学校給食センターでは、赤磐市産の食材を3品目以上使用した日について【あかいわの日】としています。

