

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					
					主にからだをつくるもとになる食品		主に体の調子をととのえる食品		主に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 いちごジャム	○	じゃがいものミートグラタン 海草サラダ 野菜スープ	ぎゅうにく レンズまめ ベーコン	ぎゅうにゅう チーズ かいそうミックス	トマト みずな にんじん	たまねぎ キャベツ はくさい	パン じゃがいも ジャム	あぶら
3	火	ごはん	○	いわしのかば焼き 野菜のゆず香和え みそ汁 節分豆	いわし だいたい かつおぶし あぶらあげ	ぎゅうにゅう わかめ	ほうれんそう にんじん はねぎ	はくさい ゆず だいこん	こめ でんぶん さとう	あぶら
4	水	小型揚げパン	○	和風スバゲティ ごまドレッシングサラダ	きなこ とりにく ハム	ぎゅうにゅう ひじき	にんじん チンゲンサイ こまつな	たまねぎ しめじ マッシュルーム まいたけ れんこん コーン	パン さとう スバゲティ	あぶら ごま
5	木	ごはん	○	鶏肉のマスタード焼き おかか和え ハッピーみそ汁 牛乳プリン	とりにく かつおぶし あぶらあげ	ぎゅうにゅう	こまつな にんじん はねぎ	にんにく もやし たまねぎ	こめ じゃがいも プリン	
6	金	麦ごはん 味付のり	○	手作りがんも こんぶ和え みそ汁	とうふ とりにく あぶらあげ	ぎゅうにゅう こんぶ わかめ のり	にんじん はねぎ こまつな	れんこん たまねぎ はくさい	こめ おおむぎ でんぶん さとう じゃがいも	あぶら ごま
9	月	米粉パン	○	いかのケチャップがらめ ブロッコリーサラダ 具だくさんコンソースープ	いか ハム ベーコン	ぎゅうにゅう	パセリ ブロッコリー にんじん	しょうが キャベツ コーン たまねぎ	パン でんぶん さとう じゃがいも	あぶら
10	火	ごはん	○	さばのみそだれかけ おひたし けんちん汁 完熟さんかん	さば かつおぶし とうふ とりにく	ぎゅうにゅう	ほうれんそう にんじん はねぎ	しょうが ごぼう きんかん	こめ さとう こんにゃく さといも	ごま
12	木	中華どんぶり	○	さつまいもサラダ デコボン	ぶたにく いか えび うずらたまご	ぎゅうにゅう	にんじん みずな	しょうが たまねぎ きくらげ デコボン	こめ おおむぎ でんぶん さつまいも	あぶら アーモンド ドレッシング ノンエッグマヨ
13	金	宇中給食委員会 考案献立 麦ごはん	○	チーズonハンバーグ かみかみサラダ 卵スープ みかんクレープ	ぎゅうにく ぶたにく レンズまめ とうふ さきいか ハム たまご	ぎゅうにゅう チーズ わかめ	にんじん はねぎ	たまねぎ ごぼう コーン	こめ おおむぎ パンこ さとう クレープ	あぶら ごま
☆ 16日～20日 かがわ印給食ウィーク ☆										
16	月	黒糖パン	○	ポークビーンズ 冬の元気サラダ せとか	だいたい ぶたにく ベーコン ハム かつおぶし	ぎゅうにゅう こんぶ	にんじん パセリ みずな	たまねぎ れんこん コーン せとか	パン さとう じゃがいも	あぶら
17	火	牛ごぼう ごはん	○	小いわしの香り揚げ ごま和え 具だくさんみそ汁 焼きプリン	ぎゅうにく あぶらあげ	ぎゅうにゅう 小いわし	にんじん はねぎ こまつな	しょうが ごぼう えだまめ キャベツ コーン たまねぎ えのきたけ	こめ さとう でんぶん プリン	あぶら ごま
18	水	セルフサンド	○	(照り焼きチキン) (ゆで野菜) ミネストローネ	とりにく 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	キャベツ たまねぎ セロリ	パン さとう でんぶん マカロニ	ノンエッグマヨ あぶら
19	木	ごはん	○	さけの香味焼き 野菜のゆず香和え オリーブ豚の豚汁 りんごゼリー	さけ かつおぶし ぶたにく	ぎゅうにゅう	はねぎ ほうれんそう にんじん	しょうが はくさい ゆず ごぼう たまねぎ	こめ さとう こんにゃく ゼリー	
20	金	ビーフカレー	○	なばなのサラダ スイートスプリング	ぎゅうにく ハム	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん なばな	たまねぎ コーン マッシュルーム にんにく キャベツ スイートスプリング	こめ おおむぎ じゃがいも こむぎこ さとう	あぶら
24	火	五目うどん	○	きびなごのフライ もやしのごまドレッシング 豆乳プリンタルト	かまぼこ とりにく あぶらあげ	ぎゅうにゅう きびなご	にんじん はねぎ こまつな	たまねぎ しめじ もやし	うどん さとう タルト	あぶら ごま
25	水	ごはん	○	マーボー豆腐 春雨サラダ ヨーグルト	とうふ ぶたにく	ぎゅうにゅう ヨーグルト	にんじん はねぎ こまつな	にんにく しょうが たまねぎ しいたけ もやし コーン	こめ でんぶん はるさめ さとう	あぶら
26	木	宇多津小 希望献立 麦ごはん	○	オリーブ豚のから揚げ さぬきのめざめ入り元気サラダ じゃがいもと玉ねぎのみそ汁 いちご	ぶたにく ハム かつおぶし あぶらあげ	ぎゅうにゅう こんぶ	はねぎ アスパラガス にんじん	しょうが キャベツ コーン たまねぎ いちご	こめ おおむぎ でんぶん さとう じゃがいも	あぶら
27	金	ゆかりごはん	○	高野豆腐の卵とじ アーモンド和え ネーブル	こうやとうふ とりにく たまご えび	ぎゅうにゅう	にんじん はねぎ こまつな	たまねぎ しいたけ キャベツ ネーブル	こめ おおむぎ じゃがいも さとう	あぶら アーモンド

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。