

令和8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
1	火	豚キムチどんぶり	○	春雨サラダ さつまいもチップス	ぶたにく	ぎゅうにゅう	にら こまつな にんじん	しょうが キャベツ たまねぎ もやし キムチ コーン	こめ おおむぎ さとう はるさめ さつまいもチップス	あぶら
2	水	黒糖パン	○	さけのしモンソース 元気サラダ わかめスープ	さけ ハム かつおぶし	ぎゅうにゅう こんぶ わかめ	にんじん	レモン きゅうり キャベツ コーン たまねぎ しめじ	パン さとう でんぶん	あぶら
3	木	ごはん	○	焼き豆腐のそぼろ煮 野菜のゆず香和え 牛乳プリン	やきとうふ ぶたにく かつおぶし	ぎゅうにゅう	にんじん はねぎ	たまねぎ しょうが にんにく きゅうり キャベツ ゆず	こめ さとう でんぶん プリン	あぶら
4	金	宇中給食委員会 考案献立 麦ごはん	△	豚肉の冷しゃぶ 卵スープ ムース大福	ぶたにく たまご	ぎゅうにゅう かいそうシラス わかめ	にんじん はねぎ	きゅうり キャベツ たまねぎ	こめ おおむぎ ムース大福	
7	月	小型 コッペパン	○	ソース焼きスパゲティ ごぼうチップス フルーツゼリーポンチ	ぶたにく かつおぶし	ぎゅうにゅう あおのり	にんじん ピーマン	しょうが キャベツ たまねぎ しいたけ ごぼう パイン みかん もも	パン スパゲティ ゼリー	あぶら
8	火	麦ごはん	○	焼きししゃも 梅こんぶ和え 牛肉と野菜の旨煮 かみかみ大豆	ぎゅうにく うすらたまご かみかみ豆	ぎゅうにゅう ししゃも こんぶ くさわかめ	こまつな にんじん さやいんげん	キャベツ たまねぎ	こめ おおむぎ じゃがいも こんにゃく さとう でんぶん	あぶら
9	水	冷やしうどん	○	小あじの三杯酢 ささみときゅうりのサラダ 焼きおにぎり 豆乳プリンタルト	とりにく	ぎゅうにゅう 小あじ のり	にんじん はねぎ	たまねぎ きゅうり コーン	うどん さとう やきおにぎり タルト	あぶら ドレッシング
10	木	枝豆ごはん	○	豆腐ナゲット ひじきのチーズサラダ じゃがいものスープ	とうふ とりにく ハム ベーコン	ぎゅうにゅう しらすぼし ひじき チーズ わかめ	にんじん はねぎ	えだまめ きゅうり たまねぎ	こめ さとう でんぶん じゃがいも	あぶら
11	金	秋なすの カレー	○	海草サラダ なし	ぶたにく ぶたレバー	ぎゅうにゅう チーズ かいそうシラス しらすぼし	にんじん	たまねぎ にんにく なす きゅうり なし キャベツ コーン	こめ おおむぎ じゃがいも こむぎこ	あぶら
☆ 14日～18日 かがわ印給食ウィーク ☆										
14	月	セルフサンド	○	(いかフライ) (ゆで野菜) 県産トマトのミネストローネ 青りんごゼリー	いか ベーコン 白いんげんまめ	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 パンこ こむぎこ マカロニ ゼリー	あぶら
15	火	オリーブ地鶏の 親子どんぶり	○	かぼちゃサラダ ぶどう	とりにく なると たまご	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん かぼちゃ	たまねぎ ふとねぎ しいたけ きゅうり レモン ぶどう	こめ さとう おおむぎ	ノンエッグマヨ
16	水	米粉パン	○	鶏肉のマスタード焼き じゃこサラダ 冬瓜のスープ	とりにく ベーコン	ぎゅうにゅう ひじき わかめ しらすぼし	にんじん	にんにく キャベツ きゅうり コーン とうがん たまねぎ	パン さとう	あぶら
17	木	ひじきごはん	○	小さいわしのフライ きゅうりの即席づけ ふしめん汁	とりにく あぶらあげ	ぎゅうにゅう ひじき こんぶ 小さいわし しらすぼし	にんじん はねぎ	えだまめ きゅうり キャベツ たまねぎ しめじ	こめ さとう ふしめん	あぶら こま
18	金	宇多津小学校 希望献立 ごはん	△	オリーブ豚のしょうが焼き 小松菜サラダ 卵スープ なし	ぶたにく ハム たまご	ぎゅうにゅう わかめ	こまつな にんじん はねぎ	しょうが たまねぎ もやし なし	こめ さとう	あぶら こま
24	木	救給カレー (備蓄食品)	○	かぼちゃのチーズ焼き かみかみサラダ 冷凍みかん	さきいか ハム	ぎゅうにゅう チーズ	かぼちゃ にんじん	ごぼう きゅうり コーン みかん	救給カレー さとう	あぶら こま
25	金	わかめごはん	○	さんまの塩焼き おかか和え お月見ゼリー	さんま かつおぶし あぶらあげ	ぎゅうにゅう わかめ	こまつな にんじん はねぎ	もやし たまねぎ えのきだけ	こめ おおむぎ ゼリー	こま
28	月	コッペパン りんごジャム	○	かぼちゃオムレツ ごまドレッシングサラダ 春雨スープ	たまご ベーコン	ぎゅうにゅう ひじき わかめ	かぼちゃ にんじん	たまねぎ キャベツ きゅうり コーン しめじ しょうが	パン さとう はるさめ ジャム	あぶら こま
29	火	ごはん	○	さばのみそだれかけ 切干のごま酢和え けんちん汁	さば とうふ とりにく	ぎゅうにゅう	こまつな にんじん はねぎ	しょうが きりぼしだいこん ごぼう	こめ さとう こんにゃく	こま
30	水	ゆかりごはん	○	えびと厚揚げの中華煮 元気サラダ ヨーグルト	ぶたにく えび あつあげ ハム かつおぶし	ぎゅうにゅう こんぶ ヨーグルト	にんじん チンゲンサイ	しょうが きゅうり キャベツ コーン	こめ おおむぎ じゃがいも さとう	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。