



予定献立表

今月の目標「食事環境を整えて楽しく食事をしよう」

はまっこ給食センター（新居浜小、宮西小、金子小、金栄小、高津小、浮島小、惣開小、中菰小、大生院小学校、新居浜特別支援学校本校、川西分校）

令和8年度
小学校

給食の予定日は、各学校により異なるため、学校が発行している行事予定をご確認ください。

日 曜日	献立名	主 な 材 料						その他
		主に体をつくるものとなる赤の食品		主に体の調子を整えるものとなる緑の食品		主にエネルギーのもととなる黄の食品		
		主にたんぱく質（1群）	主に無機質（2群）	主にカロテン（3群）	主にビタミンC（4群）	主に炭水化物（5群）	主に脂質（6群）	
	魚・肉・卵・豆・豆製品	乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・麺 芋・砂糖	油脂・種実		
1 金	牛乳		牛乳					
	パン					パン		
	ローストチキン	鶏肉					オリーブ油	酒、生姜、にんにく、鶏だし、塩、胡椒
	ジャーマンズナップえんどう	ウィンナー		ズナップえんどう		じゃが芋	オリーブ油	にんにく、粒入りマスタード、塩、胡椒
7 木	ジュリアンスープ	ベーコン		人参、パセリ	キャベツ、玉ねぎ、セロリー			醤油、塩、胡椒、コンソメ、鶏だし
	牛乳		牛乳					
	麦ご飯							
	中華丼（麦ご飯）	豚肉、いか		人参、ねぎ	白菜、玉ねぎ、たけのこ、きくらげ	米、麦、でん粉	油	生姜、塩、胡椒、酒、醤油、オイスターソース、味醂、中華だし
8 金	焼きししゃも		ししゃも					
	炒めナムル			人参	キャベツ、コーン	砂糖	ごま油	酢、醤油
	子どもの日デザート（柏餅）					柏餅		
	牛乳		牛乳					
11 月	パン					パン		
	ハムカツ	ポロニアカツ					油	
	ごぼうサラダ				ごぼう、きゅうり、コーン		ごまドレッシング、ごま	酢
	レタスのスープ	ベーコン		人参、パセリ	レタス、玉ねぎ、きくらげ			醤油、塩、胡椒、鶏だし、コンソメ
12 火	牛乳		牛乳					
	ご飯					米		
	さばのカレー風味竜田揚げ	鯖				でん粉	油	生姜、酒、醤油、カレー粉
	アーモンド和え			チンゲン菜	キャベツ	砂糖	アーモンド	醤油、味醂
13 水	新玉ねぎのみそ汁	厚揚げ、味噌	わかめ	人参、ねぎ	玉ねぎ	つきごんにやく		煮干（だし用）
	牛乳		牛乳					
	パン					パン		
	ウィンナー	ウィンナー						
14 木	もやしとコーンのソテー				もやし、コーン		油	塩、鶏だし、コンソメ、胡椒
	チリコンカン	大豆、牛肉、豚肉、白いんげん豆		人参、トマト、パセリ	玉ねぎ	じゃが芋、でん粉	油	にんにく、チリパウダー、トマトケチャップ、中濃ソース、塩、胡椒、鶏だし
	牛乳		牛乳					
	ご飯					米		
15 金	さけのみりん焼き	鮭					ごま	醤油、味醂、酒、生姜
	じゃが芋の炒め煮			人参、さやいんげん		じゃが芋、つきごんにやく、砂糖	ごま油	鶏だし、醤油、味醂、とうがらし
	沢煮椀	豚肉、油揚げ		人参、ねぎ	干し椎茸、たけのこ、玉ねぎ、もやし			酒、塩、胡椒、醤油、花かつお（だし用）
	牛乳		牛乳					
18 月	たけのこご飯	ツナ、油揚げ		人参	たけのこ	米		昆布だし、醤油、酒、味醂
	鶏肉の塩から揚げ	鶏肉				でん粉	油	にんにく、生姜、鶏だし、塩、こうじ、塩、酒、味醂
	大豆の磯煮	大豆	ひじき	人参、さやいんげん	ごぼう	砂糖	油、ごま油	醤油、味醂、だし汁
	はんぺん汁	はんぺん		ねぎ	玉ねぎ、しめじ			花かつお（だし用）、醤油、塩
日本全国味めぐり「和歌山県」	牛乳		牛乳					
	パン					パン		
	あじのガーリックパン粉焼き	鱈				パン粉	オリーブ油、油	白ワイン、塩、胡椒、にんにく
	ポテトのフレンチサラダ				きゅうり、コーン	じゃが芋、砂糖	オリーブ油	酢、醤油、粒入りマスタード、塩、胡椒
18 月	キャベツのスープ	ベーコン		人参、パセリ	玉ねぎ、セロリー、キャベツ			醤油、塩、胡椒、コンソメ、鶏だし
	パテチョコ					パテチョコ		
	牛乳		牛乳					
	ご飯					米		
18 月	さわらの梅みそ焼き	鯖、味噌			梅干し			生姜、味醂、酒
	すろっぽ	油揚げ		人参、さやいんげん	大根	砂糖	ごま	醤油、だし汁
	豚汁	豚肉、味噌		人参、ねぎ	玉ねぎ、しめじ	じゃが芋、つきごんにやく		酒、煮干（だし用）

日曜日	献立名	主 な 材 料						その他
		主に体をつくるものになる赤の食品		主に体の調子を整えるものになる緑の食品		主にエネルギーのもとになる黄の食品		
		主にたんぱく質(1群)	主に無機質(2群)	主にカロテン(3群)	主にビタミンC(4群)	主に炭水化物(5群)	主に脂質(6群)	
	魚・肉・卵・豆・豆製品	乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・麺 芋・砂糖	油脂・種実		
毎月19日は食育の日								
19火	牛乳		牛乳					
	パン					パン		
	コロッケ	コロッケ				油		
	グリーンサラダ			キャベツ、きゅうり	砂糖	オリーブ油	酢、醤油、塩、胡椒	
肉団子のスープ	肉団子		チンゲン菜、人参	もやし、玉ねぎ、きくらげ			鶏だし、コンソメ、酒、醤油、塩、胡椒	
毎月 第3水曜日は【水産の日】								
20水	牛乳		牛乳					
	ご飯					米		
	ぶりの照り焼き	鱈					醤油、味醂、酒、生姜	
	ごま煮びたし			チンゲン菜	もやし	ごま	醤油、味醂	
	田舎汁	厚揚げ		人参、ねぎ	玉ねぎ	ずいどん	醤油、塩、味醂、花かつお(だし用)	
のりの佃煮		のりの佃煮						
21木	牛乳	豚肉、牛肉	牛乳	人参	玉ねぎ、しめじ、グリーンピース	米、砂糖	油	生姜、にんにく、ハヤシルウ、トマトピューレ、中濃ソース、ウスターソース、醤油、赤ワイン、胡椒、鶏だし
	ハヤシライス(ご飯)							
	フライドポテト					フライドポテト	油	塩
	ひじき入り甘酢炒め	ハム	ひじき	赤パプリカ	キャベツ、コーン	砂糖	油	醤油、酢、胡椒
22金	牛乳		牛乳					
	パン					パン		
	ツナオムレツ	ツナオムレツ						
	野菜のソテー			チンゲン菜	キャベツ、コーン		油	コンソメ、鶏だし、塩、胡椒
	煮込みスープ	ウインナー		人参、パセリ	玉ねぎ	じゃが芋		醤油、塩、胡椒、鶏だし、コンソメ
河内晩柑				河内晩柑				
25月	第1回おいしい給食グランプリ～給食のみそ汁作っちゃおう～ 受賞作品「具だくさんスパイシーみそ汁」 受賞名「カレー味みそ汁・New taste★賞」							
	牛乳		牛乳					
	ご飯					米		
	ささみカツ	ささみフライ					油	
	磯香和え		のり	小松菜、人参	キャベツ	砂糖		醤油、味醂
具だくさんスパイシーみそ汁	豚肉、味噌		人参	玉ねぎ、ごぼう、大根、白ねぎ	じゃが芋		パルメントカレーフレーク、花かつお(だし用)	
26火	牛乳		牛乳					
	パン					パン		
	豚肉のアップルソースかけ	豚肉			りんご、レモン果汁	砂糖、でん粉		塩、胡椒、酒、にんにく、醤油
	じゃが芋のソテー	ツナ		赤パプリカ	枝豆	じゃが芋	油	酢、塩、胡椒、コンソメ
はるさめスープ	ベーコン、錦糸卵		人参、ねぎ	玉ねぎ	春雨、でん粉	ごま油	醤油、鶏だし、中華だし、酒、塩、胡椒	
【ようけカムday】かむことを意識した献立です。								
27水	牛乳		牛乳					
	ご飯					米		
	揚げぎょうざ	餃子					油	
	ハリハリサラダ			人参	切干大根、きゅうり	砂糖		酢、醤油、塩
麻婆豆腐	カット豆腐、豚肉、味噌		人参、にら	玉ねぎ、たけのこ、干し椎茸	砂糖、でん粉	油、ごま油	酒、生姜、にんにく、醤油、トウバンジャン、オイスターソース、中華だし	
28木	牛乳		牛乳					
	ご飯					米		
	あじの南蛮漬け	鱈		青ピーマン	玉ねぎ	でん粉、砂糖	油	酒、塩、胡椒、酢、醤油、味醂
	おかか和え	かつお節		小松菜	キャベツ	砂糖		醤油、味醂
	わかめ汁	サイコロ豆腐	わかめ	人参	玉ねぎ、えのきたけ			花かつお(だし用)、醤油、塩
ももゼリー					ゼリー			
29金	牛乳		牛乳					
	パン					パン		
	チキンのハーブ焼き	鶏肉					オリーブ油	にんにく、ハーブ、鶏だし、塩、胡椒
	アスパラ入り野菜ソテー			アスパラガス	もやし、黄パプリカ		油	塩、胡椒、コンソメ、鶏だし
コンソメスープ	ベーコン		人参、パセリ	玉ねぎ、セロリー	じゃが芋		醤油、塩、胡椒、コンソメ、鶏だし	

子どもたちが考えたみそ汁です！
下記のQRコードからレシビが見れます♡

※ 給食費は、小学校は1食330円になります。小学生は無償化に伴い、給食費の集金はありません。(教職員除く)
また、徴収している給食費については、全て食材の購入のみに使用しています。
★ 材料の都合により献立を変更することがあります。

おいしい給食グランプリ！
♡ 受賞作品「具だくさんスパイシーみそ汁」
♡ レシビはこちらから →→→→

