



予定献立表

今月の目標「生活リズムを整えよう」

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、中萩小、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	
2 水	牛乳		牛乳					
	わかめご飯		わかめ			米		
	鶏肉のから揚げ	鶏肉				でん粉	油	にんにく、生姜、醤油、酒
	甘酢和え				キャベツ、きゅうり、コーン	砂糖		酢、醤油、塩
	はんぺん汁	はんぺん		人参、ねぎ	玉ねぎ、えのきたけ			花かつお(だし用)、醤油、塩
3 木	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「きしめん豚汁」 受賞名「お腹いっぱい幸せ♥賞」							
	牛乳		牛乳					
	ご飯					米		
	さわらの南蛮漬け	鯖		青ピーマン	玉ねぎ	でん粉、砂糖	油	酒、塩、胡椒、酢、醤油、味噌
	しそひじき和え		しそひじき	人参	キャベツ			酒、醤油
	きしめん豚汁	豚肉、油揚げ、味噌		人参、ねぎ	ごぼう、しめじ	きしめん、つきこんにゃく		醤油、味噌、酒、花かつお(だし用)
4 金	牛乳		牛乳					
	パン					パン		
	ハムステーキ	ホロニアステーキ						
	ツナと野菜のソテー	ツナ		チンゲン菜	もやし		油	塩、コンソメ、鶏だし、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
7 月	日本全国味めぐり「島根県」							
	牛乳		牛乳					
	うずめ飯（ご飯）	鶏肉、絞り豆腐、かま ぼこ		人参、ねぎ	ごぼう、干し椎茸	米、里芋		醤油、味噌、酒、塩、花かつお (だし用)
	さばの塩こうじ焼き	鯖						塩こうじ
	干し大根の煮しめ		小煮干し	人参	切干大根	砂糖	油	酒、醤油、だし汁
8 火	牛乳		牛乳					
	パン					パン		
	ミンチカツ	ミンチカツ					油	
	カラフルサラダ			赤パプリカ	キャベツ、枝豆	砂糖	オリーブ油	酢、醤油、塩、胡椒
	野菜スープ	ベーコン		人参、チンゲン菜	玉ねぎ、コーン	じゃが芋		醤油、塩、胡椒、鶏だし、コン ソメ
9 水	牛乳		牛乳					
	ご飯					米		
	焼きししゃも		ししゃも					
	炒め煮びたし	かつお節、油揚げ		小松菜	もやし		ごま油	醤油、味噌
	肉じゃが	豚肉		人参、さやいんげん	玉ねぎ	じゃが芋、糸こんに ゃく、砂糖	油	酒、醤油、味噌
10 木	牛乳		牛乳					
	ご飯					米		
	ハンバーグ	ハンバーグ				砂糖		トマトケチャップ、ウスター ソース、中濃ソース
	ピーマンの塩昆布炒め		塩こんぶ	青ピーマン、赤パプ リカ	キャベツ		ごま、油	鶏だし、醤油、酒
	かぼちゃのみそ汁	油揚げ、味噌		かぼちゃ、人参、ねぎ	玉ねぎ			煮干(だし用)
11 金	牛乳		牛乳					
	パン					パン		
	あじのカレー風味竜田 揚げ	鰯				でん粉	油	生姜、酒、醤油、カレー粉
	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
	トックとわかめのスー プ		わかめ	人参	玉ねぎ、白菜	トック	ごま油	醤油、鶏だし、煮干(だし 用)、塩
14 月	冷凍みかん				みかん			
	牛乳		牛乳					
	ご飯					米		
	シュウマイ	シュウマイ						
	華風和え			人参	キャベツ、きゅうり	砂糖	ごま油	酢、醤油、塩、胡椒
	豆腐の中華煮	カット豆腐、豚肉		人参、ねぎ	玉ねぎ、たけのこ、き くらげ	砂糖、でん粉	油、ごま油	酒、生姜、にんにく、醤油、鶏 だし、中華だし、オイスター ソース
	ぶどうゼリー					ゼリー		

日曜日	献立名	主 な 材 料						その他	
		主に体をつくるもとになる赤の食品		主に体の調子を整えるもとになる緑の食品		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）		
曜日		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		
15火	牛乳		牛乳						
	パン					パン			
	豚肉の甘だれかけ	豚肉				でん粉、黒砂糖	油	生姜、酒、塩、胡椒、醤油、味噌	
	粉ふき芋		青のり			じゃが芋		塩、胡椒	
	ABCスープ	ウインナー		人参、パセリ	玉ねぎ、セロリー、キャベツ	マカロニ		醤油、塩、胡椒、コンソメ、鶏だし	
16水	毎月 第3水曜日は【水産の日】								
	牛乳		牛乳						
	ご飯					米			
	さんまの香味焼き	秋刀魚			白ねぎ			生姜、コチジャン、酒、味噌、醤油	
	かぼちゃのそぼろ煮	鶏肉、きざみ大豆		かぼちゃ	玉ねぎ、枝豆	砂糖	油	醤油、酒、だし汁	
17木	すまし汁	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	
	牛乳		牛乳						
	チキンカレー（麦ご飯）	鶏肉、きざみ大豆		人参	玉ねぎ、グリーンピース	米、麦、じゃが芋	油	にんにく、パームントカレーフレーク、とろけるカレールウ、醤油、ウスターソース	
	ゆで卵	卵							
	ひじき入り野菜炒め	ハム	ひじき	赤パプリカ	キャベツ、コーン	砂糖	油	醤油、胡椒	
18金	【ようけカムday】かむことを意識した献立です。								
	牛乳		牛乳						
	パン					パン			
	コロッケ	コロッケ					油		
	ハリハリサラダ			人参	切干大根、きゅうり	砂糖		酢、醤油、塩	
	冬瓜スープ	ベーコン		人参、ねぎ	とうがん、玉ねぎ			醤油、鶏だし、中華だし、酒、塩、胡椒	
	毎月19日は食育の日								
	24木	【お月見献立】							
		牛乳		牛乳					
		ご飯					米		
さけのみりん焼き		鮭					ごま	醤油、味噌、酒、生姜	
おかか入り煮びたし		かつお節		小松菜、人参	キャベツ			醤油、味噌	
芋炊き		鶏肉、油揚げ		人参、ねぎ	大根、ごぼう、干し椎茸	里芋、角切りこんにゃく、砂糖		酒、醤油、味噌、煮干（だし用）	
25金	お月見団子					団子			
	牛乳		牛乳						
	パン					パン			
	ささみのレモンソースかけ	ささみ			レモン果汁	でん粉、砂糖	油	酒、塩、胡椒、醤油、味噌	
	ドレッシングサラダ				キャベツ、きゅうり、コーン	砂糖	オリーブ油	酢、醤油、塩、胡椒	
28月	かきたまスープ	卵、ベーコン		チンゲン菜、人参	玉ねぎ、えのきたけ	じゃが芋、でん粉		醤油、鶏だし、コンソメ、塩、胡椒	
	牛乳		牛乳						
	ご飯					米			
	ホキの磯辺揚げ	ホキ	青のり			天ぷら粉	油	塩、酒	
	じゃが芋のおかか煮	かつお節				じゃが芋、砂糖		醤油	
29火	みそ汁	厚揚げ、味噌	わかめ	人参、ねぎ	もやし、玉ねぎ			煮干（だし用）	
	牛乳		牛乳						
	パン					パン			
	オムレツ	オムレツ							
	ごぼうサラダ				ごぼう、きゅうり、コーン	砂糖	オリーブ油	酢、醤油、粒入りマスタード、塩、胡椒	
30水	ミネストローネスープ	ベーコン、白いんげん豆		人参、トマト、パセリ	キャベツ、玉ねぎ、セロリー			鶏だし、コンソメ、醤油、塩、胡椒	
	マーシャルビーンズ						マーシャルビーンズ		
	牛乳		牛乳						
	豚キムチ丼（ご飯）	豚肉、厚揚げ		人参、チンゲン菜	もやし、キムチ、玉ねぎ、きくらげ、白ねぎ	米、でん粉	油、ごま油	酒、にんにく、生姜、コチジャン、醤油、味噌、塩、胡椒、鶏だし、中華だし	
	揚げぎょうざ	餃子					油		
	切干大根のオリーブソース炒め	ハム		人参、にら	切干大根、干し椎茸		油、ごま油	酒、醤油、オリーブオイル、ウスターソース、味噌	

※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「きしめん豚汁」

♡ 受賞名「お腹いっぱい幸せ♡賞」

レシビはこちらから →

