



5月分 学校給食献立表 (20回)



日(曜)	こんだてめい	あかい	きいろ	みどりいろ	栄養価	日(曜)	こんだてめい	あかい	きいろ	みどりいろ	栄養価
1(水)	ごはん、ぶたにくのたつたあげ、いとこんにやくのいりに、レタスサラダ	ちやにくやほねになるもの	はたらくちからやたいおんになるもの	からだのちょうしをとのえるもの	上:小学生 下:中学生 870	20(月)	ごはん、とうふのまさごあげ、みそバターラーメン	ちやにくやほねになるもの	はたらくちからやたいおんになるもの	からだのちょうしをとのえるもの	644 878
2(木)	ごはん、めんたいチーズ、たまごやき、さんしよくあえ、けんちんじる	ぎゅうにゅう	こめ・さとともでんぷん、さんおんとう、ごま・ごまあぶらこめあぶら	きゅうり・だいこん、たまねぎ・とうもろこし、にんじん・しろねぎ、ねぎ・レタス、ほししいたけ	808	21(火)	ごはん、おこのみやき、こうやどうふのたまごどじ	ぎゅうにゅう	こめ・さとともでんぷん、さんおんとう、ごま・ごまあぶらこめあぶら	いとこんにやく、さやいんげん・キャベツ、きゅうり・ごぼう、たまねぎ・とうもろこし、にんじん・レタス、ほししいたけ・しょうが、にんにく	684 940
7(火)	むぎごはん、とりにくのいそペフライ、ぶじのはなあえ、ぶたどんのぐ	ぎゅうにゅう	むぎ・こむぎこ、パンこ・こめ・さとさんおんとう、ごまこめあぶら	いとこんにやく、えだまめ・キャベツ、レッドキャベツ、こまつな・たまねぎ、とうもろこし・にんじん、しょうが	654 881	22(水)	ごはん、いわしのカレーあげ、そくせきづけ、ごまわかめスープ	ぎゅうにゅう	こめ・じゃがいも、でんぷん・ごま、ごまあぶらこめあぶら	かんびょう・キャベツ、きゅうり、かいわれだいこん、たまねぎ・にんじん、しょうが	612
8(水)	ごはん、ジュシー、とりつくね、きりほしだいこんのおかかあえ、たまねぎのみそしる	ぎゅうにゅう	こめ・でんぷん、さんおんとう、ごまこめあぶら	きゅうり・こまつな、きりほしだいこん、たまねぎ・にんじん、ねぎ・えのきだけ、しょうが	602 825	23(木)	ごはん、きのこのたまごやき、ちくわのごまあえ、アーモンドいりこ、カレービーンズスープ	ぎゅうにゅう	こめ・じゃがいも、さとさんおんとう、ごまこめあぶら	こまつな・たまねぎ、にんじん・ねぎ・パセリ、もやし・えのきだけ、きくらげ・しめじ	613
9(木)	ごはん、しゅうまい、じゃがいものちゅうかサラダ、かきたまじる	ぎゅうにゅう	ぎょうざのかわ、こめ・じゃがいも、でんぷん・さとさんおんとう、ごまこめあぶら	グリーンピース・かんびょう、きゅうり・たまねぎ、にんじん・しろねぎ・ねぎ、えのきだけ、ほししいたけ、しょうが、にんにく	698 955	24(金)	ピースの日、コッペパン、ぶたにくのケチャップがらめ、しろいんげんまめのサラダ、オニオンスープ	ぎゅうにゅう	パン・さとさんおんとう、オリブオイル、ごまあぶら	きゅうり・たまねぎ、とうもろこし・にんじん、レタス・あまなつかんかん、しょうが	601 755
10(金)	コッペパン、ポークのアヒージョ、さいころサラダ、シーフードコンソメスープ	ぎゅうにゅう	パン・じゃがいも、さんおんとう、ごまこめあぶら	キャベツ・きゅうり、たまねぎ・とうもろこし、にんじん・パセリ、あかピーマン・レタス、レモン・えのきだけ、しめじ・にんにく	614 785	28(火)	ごはん、いそかあえ、ポテトオムレツ、ホイコーロー	ぎゅうにゅう	こめ・こめこ、じゃがいも・でんぷん、さとさんおんとう、ごまこめあぶら・バター	グリーンアスパラガス、えだまめ・キャベツ、こまつな・たまねぎ、もやし・しょうが、にんにく	642 881
13(月)	えんどうごはん、ぶたにくのねぎみそやき、スナップエンドウのサラダ、にゅうめん	ぎゅうにゅう	そうめん・こめ、さとさんおんとう、ごま・オリブオイル	スナップえんどう、えんどう・きゅうり、たまねぎ・ミニトマト、にんじん・ねぎ・レタス、ほししいたけ	608 830	29(水)	カルシウムの日、ごはん、さばのみそマヨネーズやき、キャベツのごまあえ、カレーどうぶ	ぎゅうにゅう	こめ・でんぷん、さとさんおんとう、ごまこめあぶら、マヨネーズ、カレールウ	えだまめ・キャベツ、こまつな・たまねぎ、にんじん・もやし、しょうが	732 984
14(火)	ごはん、かつおのかりんとうあげ、おかかあえ、しせん、にくじゃが	ぎゅうにゅう	こむぎこ・こめ、じゃがいも・でんぷん、くろざとう・さとさんおんとう、ごまこめあぶら	いとこんにやく、さやいんげん・キャベツ、こまつな・たまねぎ、とうもろこし・にんじん、もやし・しょうが	674 889	30(木)	ごはん、ごまふうみとんかつ、いとかんてんのサラダ、マーボーはるさめ	ぎゅうにゅう	こむぎこ・パンこ、こめ・はるさめ、さんおんとう、ごま・ごまあぶら、ごまあぶら	キャベツ・きゅうり、たまねぎ・にんじん、ねぎ・ピーマン・もやし、きくらげ・しょうが	814 915
15(水)	ごはん、とりにくのスタミナやき、グリーンサラダ、ファイバースープ	ぎゅうにゅう	むぎ・パンこ・こめ、じゃがいも、さんおんとう、ごまこめあぶら、バター、ドレッシング	キャベツ・きゅうり、こまつな・たまねぎ、とうもろこし・にんじん、パセリ・しめじ・にんにく	595 811	31(金)	こめこパン、ひじきコロッケ、コーンサラダ、ラビオリスープ	ぎゅうにゅう	こむぎこ、こめこパン・パンこ、じゃがいも、さんおんとう、オリブオイル、ごまあぶら	グリーンピース・キャベツ、きゅうり・こまつな、たまねぎ・とうもろこし、にんじん・しょうが	627 814
16(木)	むぎごはん、ホキのあんかけ、わかめサラダ、チキンカレー	ぎゅうにゅう	むぎ・こめ、じゃがいも・でんぷん、さとさんおんとう、ごまこめあぶら、カレー	キャベツ・たまねぎ、にんじん・ピーマン、もやし・しょうが、にんにく	691 931	<p>いまばりさん 今治市産みかんといちごアピールデザインが決定しました</p> <p>選ばれたデザインはみかんゼリー及びみかんジャム、いちごジャムの容器のシールとして、学校給食で提供します。</p>					
17(金)	ポイルキャベツバーガーパン、てりやきハンバーグ、ツナサラダ、ミソストローネ	ぎゅうにゅう	もちむぎ・パン、パンこ・でんぷん、さんおんとう、オリブオイル、ごまあぶら	グリーンアスパラガス、キャベツ・きゅうり、たまねぎ・トマト、にんじん・トマトピューレ	654 844	<p>いまばりさん 4年 近藤成さん</p> <p>いまばりさん 3年 有馬珠優さん</p> <p>いまばりさん 5年 藤原遥輝さん</p> <p>いまばりさん 6年 岡田奈夕さん</p> <p>いまばりさん 1年 瀬尾あぐりさん</p>					

i.imabariブランド給食!

今治市では、「学校給食摂取基準」に基づき、身体計測のデータから各学校(学年・クラス)ごとに基準を作成し、給食を提供しています。毎日の栄養価は、小学校は3年生 中学校は1年生の提供エネルギー量の平均を記載しています。

※ 材料の都合により、献立を変更することがあります
※ 栄養価は食品成分表七訂を使用しています。