

令和7年

4月分 学校給食献立表 (15回)

今治市立常盤小学校調理場
(常盤小)

日 (曜)	こ ん だ て め い				栄養価 kcal	日 (曜)	こ ん だ て め い				栄養価 kcal
9 (水)		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 ととのえるもの	555	24 (木)		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 ととのえるもの	596
10 (木)		ぎゅうにゅう ひじき・ベーコン とりささみ とりレバー	こむぎこ・パン じゃがいも・さとう でんぶん アーモンド オリーブオイル こめあぶら	キャベツ・きゅうり こまつな・たまねぎ にんじん・パセリ きよみタンゴール きくらげ・しょうが にんにく	536	25 (金)		ぎゅうにゅう・えび あつあげ・けずりこ あおのりこ・たこ ちくわ・ぶたにく たまご・みそ (ガラスープ)	こむぎこ・こめ ながいも・ごま さんおんとう こめあぶら	こんにやく・キャベツ こまつな・たけのこ たまねぎ・チンゲンサイ にんじん・しろねぎ もやし・しょうが にんにく	651
11 (金)		ぎゅうにゅう とうふ・かまぼこ あぶらあげ・ひじき (にぼし) とりにく なまクリーム	こめ・もち さとう・ごま ごまあぶら・バター	きゅうり・こまつな たまねぎ・ミニトマト にんじん・ねぎ・レタス みかんジュース・しめじ	545	28 (月)		ぎゅうにゅう しろいんげんまめペースト わかめ・ロースハム とりひきにく たまご・チーズ なまクリーム	こむぎこ・パン さつまいも・さとう さつまいもペースト いちごジャム オリーブオイル こめあぶら・バター	グリーンアスパラガス キャベツ・きゅうり たまねぎ・ミニトマト にんじん・パセリ レタス	592
14 (月)		ぎゅうにゅう・みそ しろいんげんまめペースト はたてかいばしら ぎゅうひきにく とりひきにく とりにく・たまご ヨーグルト	こむぎこ・パン パンこ・ながいも じゃがいも・さとう ドライパン オリーブオイル こめあぶら・バター アロエデザート	グリーンアスパラガス キャベツ・きゅうり たまねぎ・ミニトマト にんじん・ブロッコリー りんごかん・レモン	637	30 (水)		ぎゅうにゅう からあげ・わかめ (こんぶ)・さわら くきわかめ・みそ (けずりぶし) さきいか・とりにく	こめ・さとう ごま・ごまあぶら こうはくもち	えだまめ・キャベツ きゅうり・こまつな たけのこ・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	570
15 (火)		ぎゅうにゅう とうふ・(にぼし) しおこんぶ・ちくわ とりひきにく たまご	こむぎこ・パンこ こめ・でんぶん さとう・ごま こめあぶら	きゅうり・たまねぎ にんじん・ねぎ ブロッコリー・しょうが ほししいたけ	589	給食の献立紹介 ★ 春キャベツとツナの春巻き (21日) ★ ぎいりょう にんぶん ＜材料 4人分＞ はる 春キャベツ 150g マヨネーズ おお 大さじ1と1/2 はる ツナ 100g 春巻きの皮 かわ 4枚 こむぎこ じゃがいも 40g 小麦粉 てきりょう 適量 かんそう ひじき (乾燥) 2g みず 水 てきりょう 適量 しょうえん 食塩 ひとつまみ あぶら 揚げ油 てきりょう 適量 しょうしょう こしょう 少々					
16 (水)		ぎゅうにゅう しろいんげんまめペースト ホキ・たまご	こめ・でんぶん さとう・ごま ごまあぶら マヨネーズ	キャベツ・きゅうり こまつな・たまねぎ にんじん・ねぎ・レタス ほうれんそうペースト しょうが	511	減塩ポイント! 揚げると水分が抜けて味が少し濃くなるので、具の塩味は控えめに調整すると良いですよ					
17 (木)		ぎゅうにゅう・たまご あぶらあげ・ひじき あおのりこ・ししやも (こんぶ) (にぼし) こなチーズ	こむぎこ・パン うどん・パンこ じゃがいも・ごま さとう・アーモンド ごまあぶら こめあぶら	きゅうり・ごぼう にんじん・ねぎ・レタス さんさいみずに	587	【旬の食材】 はる 春キャベツ ひじき					
18 (金)		ぎゅうにゅう おから・えび ちくわ・とりにく たまご	むぎ・こめ・ごま じゃがいも・バター さんおんとう こめあぶら いちごゼリー カレールウ	グリーンピース・キャベツ きゅうり・たまねぎ とうもろこし・にんじん ねぎ・もやし・にんにく りんごソース	699	～ 給食費について ～ 今年度の給食費は、統一化と、子育て応援としての市の子育て支援により、保護者の皆さまの実負担額は市内統一の「小学校250円」になります。毎月の集金額は、2月までは(8月除く)「小学校4,500円」を納めていただき、3月分で精算をさせていただきます。ご協力よろしくお願いいたします。					
21 (月)		ぎゅうにゅう ひじき まぐろあぶらづけ ウインナー (ガラスープ)	こむぎこ・パン はるまきのかわ じゃがいも・さとう オリーブオイル こめあぶら マヨネーズ	キャベツ・きゅうり たまねぎ・とうもろこし トマトかん・にんじん パセリ・あかピーマン にんにく	601						
22 (火)		ぎゅうにゅう とうふ・あぶらあげ ピーズミックス もずく・わかめ (にぼし)・みそ かつおぶし とりにく・チーズ	こめ・じゃがいも さとう・こめあぶら さんおんとう	きゅうり・たまねぎ にんじん・ねぎ パセリ・しめじ	521						
23 (水)		ぎゅうにゅう とうふ・(こんぶ) ひじき・しらすぼし (けずりぶし) ロースハム とりにく・たまご	こむぎこ・こめ さとう・ごま さんおんとう ごまあぶら こめあぶら	えだまめ・キャベツ あかしそ・たけのこ きりぼしだいこん たまねぎ・にんじん ねぎ・ほうれんそう えのきだけ	558						

げんえん
減塩ポイント!

あげると水分が抜けて味が少し濃くなるので、
具の塩味は控えめに調整すると良いですよ

いまばりし 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、
きゅうしよくていきょう 給食を提供しています。毎日の栄養価は、4年生の1食分のエネルギー量を記載しています。

ぎいりょう つごう 今治市では、旬を生かした献立を紹介します。

※ 材料の都合により、献立を変更することがあります。