

日 (曜)	こ ん だ て め い				あ か い ろ	き い ろ	み ど り い ろ	栄 養 価 kcal	日 (曜)	こ ん だ て め い				あ か い ろ	き い ろ	み ど り い ろ	栄 養 価 kcal
1 (木)					ぎゅうにゅう とうふ からあげ・わかめ ホキ・とりにく たまご (こんぶ) (けずりぶし)	こむぎこ・パンこ こめ・こめあぶら ごまドレッシング		578	21 (水)					ぎゅうにゅう ベーコン とりにく たまご (ガラスープ)	こむぎこ こめこパン マカロニ・さとう じゃがいも・ごま アーモンド・オリーブ こめあぶら	スナッペンどう きゅうり・セロリ たまねぎ・ミニトマト トマトかん トマトジュース にんじん・パセリ レタス	573
7 (水)					ぎゅうにゅう しろいんげんまめ・ピー ほたてかいばしら とりにく・みそ	こむぎこ・パン じゃがいも さとう・オリーブ こめあぶら バター かしわもち マヨネーズ		625	22 (木)					ぎゅうにゅう かにかまぼこ ぶたにく・たまご チーズ	こめ・じゃがいも さとう・ごま ごまあぶら こめあぶら マヨネーズ	いとこんにやく えだまめ・きゅうり ごまあぶら とうもろこし・トマト にんじん・ピーマン もやし	603
8 (木)					ぎゅうにゅう くきわかめ かつお・てんぷら ぎゅうにゅう	こむぎこ・こめ でんぶん くろざとう さとう・ごま すりごま こめあぶら	こんにやく さやいんげん・キャベツ レッドキャベツ きゅうり・ごぼう とうもろこし にんじん・しょうが	578	23 (金)					ぎゅうにゅう しろいんげんまめ ぶたにく・みそ (ガラスープ)	パン・じゃがいも さとう・みずあめ アーモンド・ごま マーガリン	キャベツ・こまつな たまねぎ・にんじん はくさい・パセリ にんにく	676
9 (金)					ぎゅうにゅう とりにく・たまご	パン・じゃがいも はるさめ・さとう ドライキャロット オリーブオイル マヨネーズ	グリーンアスパラガス きゅうり・たけのこ たまねぎ・トマト にら・にんじん レタス・きくらげ にんにく	597	26 (月)					ぎゅうにゅう ちくわ・ぶたにく ベーコン たまご (こんぶ) (にぼし)	むぎ・こむぎこ こめ・さといも じゃがいも でんぶん・さとう こめあぶら マヨネーズ	ごぼう・そらめめ たまねぎ・にんじん しろねぎ・しょうが	642
12 (月)					ぎゅうにゅう ひじき・ちくわ ぶたレバー とりにく だっしふんにゅう	こむぎこ・こめ でんぶん・さとう こめあぶら	こんにやく さやいんげん きゅうり・にんじん はくさい・もやし れんこん・しょうが にんにく	612	27 (火)					ぎゅうにゅう とうふ・こんぶ あぶらあげ えそすりみ ぶたにく・みそ (にぼし)	こむぎこ・こめ じゃがいも でんぶん・さとう ごま・ごまあぶら こめあぶら	えんどう・きゅうり ごぼう・にんじん ねぎ・はくさい レタス	554
13 (火)					ぎゅうにゅう だいず・こんぶ さば・てんぷら ロースハム とりにく	マカロニ・こめ さとう オリーブオイル こめあぶら マヨネーズ	こんにやく さやいんげん キャベツ・きゅうり ごぼう・たけのこ にんじん	649	28 (水)					ぎゅうにゅう しろいんげんまめ・ピー えび・いか あさり・ベーコン とりひきにく チーズ (ガラスープ)	こむぎこ・パン パンこ・でんぶん さとう こめあぶら バター	かぼちゃ・かんぴょう キャベツ・きゅうり・セロリ たまねぎ・トマトジュース にんじん・パセリ・レタス みかんジュース あまなつかんかん・しめじ	543
14 (水)					ぎゅうにゅう しろいんげんまめ とうふ・ロースハム ベーコン とりひきにく・たまご なまクリーム チーズ (ガラスープ)	パン・さとう ごま いちごジャム ごまあぶら バター	グリーンアスパラガス きゅうり・たまねぎ トマト・にんじん はくさい・パセリ レタス・しめじ	561	29 (木)					ぎゅうにゅう だいず・のり てんぷら ぶたひきにく とりにく・たまご	こむぎこ・パンこ こめ・さとう こめあぶら	こんにやく さやいんげん キャベツ・ごぼう たまねぎ・にんじん はくさい・ほうれんそう もやし・れんこん ほししいたけ	619
15 (木)					ぎゅうにゅう こうやとうふ あおのりこ・えび いか・ぶたにく うずらたまご (にぼし)	むぎ・こめ こめ・じゃがいも でんぶん・さとう ごま・こめあぶら	こんにやく・こまつな たけのこ・たまねぎ にんじん・はくさい ピーマン・きくらげ しょうが	611	30 (金)					ぎゅうにゅう ビーンズミックス さけ・ぶたにく ゼラチン・みそ	パン・スパゲティ さとう オリーブオイル ごまあぶら こめあぶら マヨネーズ	えだまめ・キャベツ きゅうり・こまつな たまねぎ とうもろこし・ミニマ ねぎ・パセリ あかピーマン・レタス にんにく	624
16 (金)					ぎゅうにゅう あぶらあげ わかめ・えび くらげ・やきぶた たまご (こんぶ) (けずりぶし)	こむぎこ・パン うどん・さとう ごまあぶら こめあぶら	きゅうり・ごぼう たまねぎ・にんじん ねぎ・もやし えのきだけ	559	生活リズムを見直そう しんねんどはじ けつ ころからだつか で 新年度が始まって1か月がたちました。心や体に疲れが出ていないですか？朝なかなか起きられなかったり、日中ボーッとしたり、食欲がないなど、気になる症状がある場合は、生活リズムを見直してみましょう。								
19 (月)					ぎゅうにゅう あつあげ・さわら ぶたにく・みそ (ガラスープ)	こめ・さとう ごまあぶら こめあぶら	こんにやく・きゅうり きりぼしだいこん たけのこ・たまねぎ チンゲンサイ とうもろこし にんじん・しろねぎ しょうが・にんにく	619	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 選ばれたデザインはみかんジャム及びいちごジャム、みかんゼリーの包装のシールとして、学校給食で提供します。								
20 (火)					ぎゅうにゅう とうふ・ちくわ かつおぶし・みそ ぎゅうひきにく ぶたひきにく うずらたまご たまご	むぎ・パンこ こめ・じゃがいも さとう・ごま ねりごま こめあぶら	グリーンアスパラガス きゅうり・たまねぎ トマト・ばいじん えのきだけ・しょうが にんにく	610	いまばりしりつてん 今治市立別宮小学校 4年 大黒 風空 さん いまばりしりつてん 今治市立吹揚小学校 3年 井戸 涼惺 さん いまばりしりつてん 今治市立常盤小学校 5年 森岡 千尋 さん いまばりしりつてん 今治市立常盤小学校 6年 矢野 愛琉 さん いまばりしりつてん 今治市立北郷中学校 1年 岡田 奈夕 さん								

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、4年生の1食分のエネルギー量を記載しています。

引用:学校給食 R6.4月号

※ ざいりょう つごう こんだて へんこう
 ※ 材料の都合により、献立を変更することがあります。