

| 令和7年          |             |  |  | 5月分 学校給食献立表 (18回)                                                    |                                                                      |                                                                                                   |                | 今治市立大三島調理場<br>(上浦小・大三島小・大三島中・大三島分校)                                                                                                 |             |  |  |                                                         |                                                                |                                                                                    |                |
|---------------|-------------|--|--|----------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|--|--|---------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
| 日<br>(曜)      | こ ん だ て め い |  |  | あ か い ろ                                                              | き い ろ                                                                | み ど り い ろ                                                                                         | 栄養価            | 日<br>(曜)                                                                                                                            | こ ん だ て め い |  |  | あ か い ろ                                                 | き い ろ                                                          | み ど り い ろ                                                                          | 栄養価            |
|               |             |  |  | ちやにくやほねに<br>なるもの                                                     | はたらくちからや<br>たいおんになるもの                                                | からだのちょうしを<br>ととのえるもの                                                                              | 上：小学生<br>下：中学生 |                                                                                                                                     |             |  |  | ちやにくやほねに<br>なるもの                                        | はたらくちからや<br>たいおんになるもの                                          | からだのちょうしを<br>ととのえるもの                                                               | 上：小学生<br>下：中学生 |
| 7<br><br>(水)  |             |  |  | ぎゅうにゅう・たまご<br>あつあげ・ししゃも<br>ちくわ・ぶたにく                                  | こめ・じゃがいも<br>こむぎこ・でんぶん<br>さとう・さんおんとう<br>ごま・こめあぶら<br>かしわもち             | こんにやく・さやいんげん<br>キャベツ・レッドキャベツ<br>きゅうり・とうもろこし<br>きりぼしだいこん・もやし<br>たまねぎ・にんじん                          | 711<br><br>845 | 22<br><br>(木)                                                                                                                       |             |  |  | ぎゅうにゅう・とうふ<br>しろいんげんまめ<br>わかめ・かつおぶし<br>ぶたにく・みそ<br>(にぼし) | こめ・じゃがいも<br>こむぎこ・パンこ<br>さとう・ごま<br>こめあぶら                        | グリーンアスパラガス<br>スナップえんどう<br>キャベツ・きゅうり<br>たまねぎ・にんじん<br>チンゲンサイ                         | 647<br><br>792 |
| 8<br><br>(木)  |             |  |  | ぎゅうにゅう・だいず<br>とうにゅう・ぶたにく<br>ロースハム・ベーコン<br>たまご・なまクリーム<br>みそ・(ガラスープ)   | こめ・もちむぎ<br>さんおんとう・バター<br>ごまあぶら<br>こめあぶら                              | グリーンアスパラガス<br>キャベツ・きゅうり<br>そらまめ・たまねぎ<br>トマト・ミニトマト<br>あかピーマン・レタス<br>レモン・マッシュルーム<br>トマトピューレ・にんにく    | 600<br><br>730 | 23<br><br>(金)                                                                                                                       |             |  |  | ぎゅうにゅう・たまご<br>とうにゅう・ぶたにく<br>ロースハム                       | こめ・むぎ・さとう<br>じゃがいも<br>オリーブオイル<br>こめあぶら・バター<br>カレールウ            | グリーンピース・キャベツ<br>きゅうり・たまねぎ<br>トマト・にんじん・レタス<br>ブロッコリー・しょうが<br>しめじ・あまなつかんかん<br>りんごソース | 631<br><br>773 |
| 9<br><br>(金)  |             |  |  | ぎゅうにゅう・とうふ<br>あぶらあげ・わかめ<br>とりささみ・たまご<br>たい・(こんぶ)<br>(けずりぶし)          | こめ・さんおんとう<br>でんぶん・こめあぶら                                              | キャベツ・こまつな<br>たまねぎ・にんじん<br>ねぎ・えのきだけ<br>もやし・レモン                                                     | 577<br><br>703 | 26<br><br>(月)                                                                                                                       |             |  |  | ぎゅうにゅう・わかめ<br>ぶたにく・ベーコン<br>たまご                          | こめ・はるまきのかわ<br>こむぎこ・でんぶん<br>はるさめ・こめあぶら<br>さんおんとう・さとう<br>オリーブオイル | キャベツ・たけのこ<br>たまねぎ・ミニトマト<br>にんじん・しろねぎ<br>ピーマン・きくらげ<br>しょうが                          | -<br><br>742   |
| 12<br><br>(月) |             |  |  | ぎゅうにゅう・さけ<br>にくだんご<br>(ガラスープ)                                        | こめ・じゃがいも<br>パンこ・さんおんとう<br>オリーブオイル<br>バター                             | さやいんげん・キャベツ<br>きゅうり・たまねぎ<br>トマトかん・にんじん<br>パセリ・マッシュルーム<br>レモン・にんにく                                 | 603<br><br>735 | 27<br><br>(火)                                                                                                                       |             |  |  | ぎゅうにゅう・とうふ<br>ひじき・ぶたにく<br>とりにく<br>ヨーグルト<br>たまご<br>みそ    | こめ・じゃがいも<br>でんぶん・さとう<br>さんおんとう・ごま<br>こめあぶら<br>アロエデザート          | グリーンアスパラガス<br>キャベツ・こまつな<br>たまねぎ・ねぎ・トマト<br>にんじん・ばいにく<br>ねぎ・りんごかん<br>しょうが・にんにく       | -<br><br>751   |
| 13<br><br>(火) |             |  |  | ぎゅうにゅう・だいず<br>ぶたにく・とりにく<br>(ガラスープ)                                   | こめ・コーンフレーク<br>こむぎこ・ペンネ<br>さんおんとう<br>こめあぶら<br>マヨネーズ                   | たまねぎ・トマトかん<br>にんじん・パセリ・もやし<br>ほうれんそう・きくらげ<br>しょうが・にんにく                                            | 634<br><br>773 | 28<br><br>(水)                                                                                                                       |             |  |  | ぎゅうにゅう・たまご<br>しおこんぶ・ぶたにく<br>ゼラチン・とりささみ<br>みそ            | こめ・スパゲティ<br>こむぎこ・こめあぶら<br>カシューナッツ・ごま<br>さんおんとう<br>ごまあぶら        | えだまめ・キャベツ<br>きゅうり・ごぼう・ねぎ<br>こまつな・たまねぎ<br>にんじん・にんにく                                 | 686<br><br>798 |
| 14<br><br>(水) |             |  |  | ぎゅうにゅう・いわし<br>あおのり・ぶたにく<br>たまご・(こんぶ)<br>(けずりぶし)                      | こめ・こむぎこ<br>パンこ・さんおんとう<br>ごま・こめあぶら                                    | えんどう・キャベツ・ねぎ<br>きゅうり・ごぼう・もやし<br>たけのこ・にんじん<br>えのきだけ                                                | 630<br><br>726 | 29<br><br>(木)                                                                                                                       |             |  |  | ぎゅうにゅう・みそ<br>こうやどうふ<br>ぎゅうにく                            | こめ・じょうしんこ<br>じゃがいも・でんぶん<br>さとう・さんおんとう<br>アーモンド・ごま<br>こめあぶら     | こんにやく・えだまめ<br>キャベツ・こまつな<br>たまねぎ・にんじん                                               | 658<br><br>810 |
| 15<br><br>(木) |             |  |  | ぎゅうにゅう・とうふ<br>こうやどうふ・たまご<br>まぐろあぶらづけ<br>ぶたにく・みそ<br>(にぼし)             | こめ・コーンフレーク<br>こむぎこ・じゃがいも<br>さとう・さんおんとう<br>ごま・こめあぶら                   | えだまめ・ごぼう・ねぎ<br>こまつな・たまねぎ<br>にんじん・きくらげ<br>しょうが                                                     | 672<br><br>821 | 30<br><br>(金)                                                                                                                       |             |  |  | ぎゅうにゅう・とうふ<br>しろいんげんまめ<br>ぶたにく・ベーコン<br>やきぶた・チーズ         | こめ・むぎ・はるさめ<br>さんおんとう・ごま<br>ごまあぶら<br>こめあぶら<br>マヨネーズ             | キャベツ・こまつな<br>たけのこ・たまねぎ<br>とうもろこし・にんじん<br>ねぎ・パセリ・もやし<br>きくらげ・にんにく<br>ほししいたけ         | 651<br><br>796 |
| 16<br><br>(金) |             |  |  | ぎゅうにゅう・たまご<br>ちゅうかくらげ・みそ<br>とりにく・とりささみ<br>とりレバーたつたあげ<br>(ガラスープ)      | こめ・さんおんとう<br>こむぎこ・でんぶん<br>ごま・こめあぶら<br>ドレッシング                         | キャベツ・きゅうり<br>ごぼう・たまねぎ<br>にら・にんじん<br>もやし・きくらげ<br>しょうが                                              | 628<br><br>767 | <br>まずは、脳のエネルギー<br>ギー源となる糖質を<br>多く含むものを！<br>食欲がない人は、みそ汁<br>やスープ、牛乳などがお<br>すすめです。水分と一緒<br>にビタミンやミネラルを<br>とることができます。<br>学校給食 2025年4月号 |             |  |  |                                                         |                                                                |                                                                                    |                |
| 19<br><br>(月) |             |  |  | ぎゅうにゅう・だいず<br>とうふ・かえりいりこ<br>かつおぶし・ぶたにく<br>アガー                        | こめ・むぎ・でんぶん<br>さとう・さんおんとう<br>ごま・ごまあぶら<br>こめあぶら<br>カクテルゼリー             | キャベツ・たくあんづけ<br>たけのこ・たまねぎ<br>チンゲンサイ・にんじん<br>キムチ・ほうれんそう<br>みかん・オレンジジュース<br>パイナップル・おうとう<br>きくらげ・しょうが | -<br><br>791   | <br>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<br>容器のシールとして、学校給食で提供します。<br>学校名及び学年は現時点で記入させていただいています。<br>みかんゼリーは原料不足のため令和8年度4月提供予定です。          |             |  |  |                                                         |                                                                |                                                                                    |                |
| 20<br><br>(火) |             |  |  | ぎゅうにゅう・とうふ<br>とうにゅう・かいそう<br>ひじき・ぶたにく<br>とりにく・たまご<br>いなチーズ<br>(ガラスープ) | こめ・さんおんとう<br>こむぎこ・パンこ<br>もちむぎ・じゃがいも<br>さんおんとう・バター<br>いちごジャム<br>こめあぶら | こんにやく・キャベツ<br>きゅうり・たまねぎ<br>にんじん・ブロッコリー<br>しめじ・しょうが                                                | 658<br><br>817 |                                                                                                                                     |             |  |  |                                                         |                                                                |                                                                                    |                |
| 21<br><br>(水) |             |  |  | ぎゅうにゅう・さば<br>ぶたにく・たまご<br>(にぼし)                                       | こめ・じゃがいも<br>さとう・さんおんとう<br>ごま・こめあぶら                                   | チンゲンサイ・にんじん<br>こんにやく・さやいんげん<br>かんびょう・きゅうり<br>ごぼう・たまねぎ                                             | 622<br><br>756 |                                                                                                                                     |             |  |  |                                                         |                                                                |                                                                                    |                |

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4年生 中学校は1～3年生の提供エネルギーの平均を記載しています。

《給食がない日》  
上浦小 19・26・27日 大三島小 19・26・27日  
大三島中1年 15・16日 大三島分校 14・15・16日

※ 材料の都合により、献立を変更することがあります