

令和7年

6月分 学校給食献立表 (21回)

今治市立菊間調理場
(亀岡小・菊間小・菊間中)

日 (曜)	こ ん だ て め い				栄養価	日 (曜)	こ ん だ て め い				栄養価
	あ か い ろ	き い ろ	み ど り い ろ			あ か い ろ	き い ろ	み ど り い ろ			
2	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	上：小学生 下：中学生	17	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	上：小学生 下：中学生		
(月)	カラフル ピーマンサラダ オレンジ ライス グラタン コンソメ スープ はだかむぎこパン	ぎゅうにゅう だいたず・レンズまめ わかめ・ツナ ベーコン・とりにく チーズ	キャベツ・きゅうり こまつな・たまねぎ にんじん・ピーマン あかピーマン ほうれんそう・しめじ オレンジ	585 735	(火)	ごはん ナムル もずくの かきあげ しせん にくじゃが	ぎゅうにゅう だいたず・もずく しらすぼし・ぶたにく とりにく・みそ	こむぎこ・こめ じゃがいも・さとう さんおんとう・ごま ごまあぶら こめあぶら なたねあぶら	597 745		
3	ごはん おひたし たちうおの なんばんづけ しんじゃがいもの そばろに	ぎゅうにゅう だいたず・かつおぶし たちうお とりにく (にぼし)	いとこんにやく グリーンピース・かんぴょう キャベツ・たまねぎ にんじん・ねぎ ほうれんそう・もやし ほししいたけ	658	18	むぎごはん こまつなの おひたし たいの ごまからしあげ ふわふわ どんぶり	ぎゅうにゅう しらいんげんまめペースト とうふ・かつおぶし たい・とりにく たまご (にぼし)	むぎ・こめ でんぶん・さとう さんおんとう・ごま こめあぶら なたねあぶら	643 775		
(火)					(水)						
4	かみかみ ごはん えのきの おかかあえ ホキの うめこじあげ とうふの すましじる 歯と口の健康週間	ぎゅうにゅう・とうふ からあげ・こんぶ ローストだいたず くきわかめ・ホキ かつおぶし・あかいた とりにく・(こんぶ) (けずりぶし)	むぎ・こむぎこ こめ・でんぶん さとう なたねあぶら	575	19	しんじゃがの カリじゃこサラダ おひさまバーグ コッペパン もちむぎの クリームスープ	ぎゅうにゅう・だいたず とうにゅう・ひじき しらすぼし・ぶたにく とりにく・たまご うずらたまご	もちむぎ・こむぎこ パン・こめこ じゃがいも・さとう さんおんとう ごまあぶら 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・とうもろこし にんじん・レモン ほししいたけ	582 722	
(水)					(木)						
5	チキンソテー フルーツ しらたま にらと たまごの スープ クッキーパン	ぎゅうにゅう しらいんげんまめペースト とりにく・たまご	キャベツ・こまつな たまねぎ・にら・にんじん もやし・みかん・レモン おうとう・えのきだけ きくらげ	658	20	むぎごはん ななおれこうめの サラダ とうふの サケマヨやき かんさつかある チキンカレー	ぎゅうにゅう しらいんげんまめペースト とうふ・あおのり わかめ・さけ とりにく だっしふんにゅう	むぎ・こめ じゃがいも・さとう みかんジャム オリーブオイル こめあぶら マヨネーズ カレールウ	えだまめ・キャベツ きゅうり・たまねぎ トマト・にんじん もやし・ばいにく しょうが・にんにく	600 744	
(木)					(金)						
6	ごはん ハムと もやしのあえもの カレーコロッケ ビーフ スープ	ぎゅうにゅう・だいたず しらすぼし・ぶたにく ロースハム・やきぶた うずらたまご たまご (ガラスープ)	キャベツ・きゅうり たけのこ・たまねぎ にんじん・ねぎ・もやし きくらげ・しめじ	653 812	23	コッペパン フレンチ サラダ きびなごの あおのりからあげ メロン なすの ミートスパゲティ	ぎゅうにゅう・だいたず あおのり きびなご・ぶたにく ロースハム ゼラチン こなチーズ	こむぎこ・パン スパゲティ・こめこ さとう オリーブオイル なたねあぶら	キャベツ・きゅうり たまねぎ・とうもろこし トマトかん・なす にんじん・ピーマン レタス・メロン・レモン トマトピューレ しょうが・にんにく	617 770	
(金)					(月)						
9	かみかみ サラダ コッペパン クリスピー チキン じゃがいもの ポタージュ	ぎゅうにゅう しらいんげんまめペースト だいたず・ひよこまめ さきいか・ベーコン とりにく なまクリーム	キャベツ・きゅうり たまねぎ・にんじん パセリ・こまつな	595 744	24	ごはん はるさめと クラゲのあえもの レバーの バーベキューソース あいしょう じる	ぎゅうにゅう・だいたず あぶらあげ ちゅうかくらげ とりにく・とりレバー みそ (けずりぶし)	こめ・こめこ じゃがいも・でんぶん はるさめ さんおんとう・ごま ごまあぶら なたねあぶら	キャベツ・きゅうり ごぼう・こまつな・ねぎ だいこん・たまねぎ にんじん・ピーマン もやし・りんごソース レモン・えのきだけ しょうが・にんにく	637 795	
(月)					(火)						
10	きゅうりと かにかまのすのもの さばのみそに かわり きんぴら	ぎゅうにゅう だいたず・わかめ くきわかめ・さば かにかまぼこ ちくわ・とりにく みそ	いとこんにやく さやいんげん・きゅうり ごぼう・たまねぎ にんじん・しょうが	589 742	25	ごはん きやべつの ごまかつおあえ せとあげ こうやどうふいり ちくぜんに	ぎゅうにゅう・とうふ こうやどうふ・たまご えそすりみ・てんぶら かつおぶし・とりにく うずらたまご (にぼし)	パンこ・こめ じゃがいも・でんぶん さとう・さんおんとう ごま・こめあぶら なたねあぶら	こんにやく・さやいんげん えだまめ・キャベツ きゅうり・ごぼう こまつな・たまねぎ にんじん・ねぎ きくらげ・ほししいたけ	642 789	
(火)					(水)						
11	うめしそ ひじきごはん アスパラの おかかしらすあえ おちゃとりてん えその うしおじる	ぎゅうにゅう・ひじき あつあげ・しらすぼし えそすりみ・たまご かつおぶし・とりにく (こんぶ) (けずりぶし)	こんにやく・キャベツ グリーンアスパラガス きゅうり・ごぼう・ねぎ あかしそ・たまねぎ にんじん・うめほし ほししいたけ・しょうが せんちゃ	585 738	26	こくとうパン ドレッシング サラダ だいたずナッツ いりこの かりんとう ジュシー しゅうまい とうふの ちゅうかスープ	ぎゅうにゅう・だいたず とうふ・わかめ ローストだいたず かえりいりこ ぶたにく・とりにく たまご	パン・ぎょうざのかわ でんぶん・くろざとう さとう・アーモンド オリーブオイル 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・にんじん しろねぎ・レタス レモン・えのきだけ きくらげ・しょうが	576 713	
(水)					(木)						
12	ごまじゃこ サラダ りんご ひよこまめの のりしおポテト コッペパン ミートボールの トマトに	ぎゅうにゅう ひよこまめ あおのり しらすぼし にくだんご (ガラスープ)	キャベツ・きゅうり こまつな・たまねぎ トマトかん・にんじん パセリ・ブロッコリー レタス・りんご・しめじ	594 742	27	むぎごはん くきわかめの つくだに じゃこことやさいの かきあげ ぶっかけ うどん	ぎゅうにゅう・だいたず くきわかめ しらすぼし やきぶた・たまご (こんぶ) (けずりぶし)	むぎ・こむぎこ うどん・こめ こめこ・さとう さんおんとう なたねあぶら	かぼちゃ・きゅうり しそ・あかしそ たまねぎ・にんじん ごぼう	612 764	
(木)					(金)						
13	ごはん ごしきあえ あじの たつたあげ みそ けんちんじる	ぎゅうにゅう あぶらあげ・あじ ぶたにく・みそ たまご (こんぶ) (にぼし)	キャベツ・こまつな たけのこ・にんじん ねぎ・もやし・しょうが こんにやく	585 738	30	コッペパン グリーンサラダ ポテトの かにクリームやき あじさいゼリー もやしの しゃきしゃき スープ	ぎゅうにゅう しらいんげんまめペースト アガー・かにかまぼこ ベーコン チーズ	こむぎこ・パン パンこ・じゃがいも でんぶん・さとう オリーブオイル ごまあぶら・バター カクテルゼリー	キャベツ・きゅうり ごぼう・たまねぎ とうもろこし・パセリ ブロッコリー・もやし もやし・みかんかん グレープジュース レモン・えのきだけ	575 708	
(金)					(月)						
16	いまばり みかんジャム レモンドレッシング サラダ トルティージャ ズッキーニと トマトの スープ 全日本食育月間	ぎゅうにゅう しらいんげんまめペースト ぶたにく・とりにく たまご (ガラスープ)	パン・じゃがいも さとう・バター みかんジャム オリーブオイル こめあぶら マヨネーズ	580 724	～6月は食育月間です～ ご家庭でも食の大切さについて話してみませんか？ 給食の献立にも注目してください。				今月の今治市産食材 キャベツ・きゅうりこまつな・たまねぎ・トマト・なす ピーマン・ねぎ・じゃがいも・さやいんげん・にんじん きゅうりは菊間産(予定)		
(月)											

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、食品成分表八訂を使用し、小学校は4年生 中学校は中学校は1～3年生の提供エネルギー量の平均を記載しています。

※ ○印の日は、スプーンがあります。

※ 材料の都合により、献立を変更することがあります