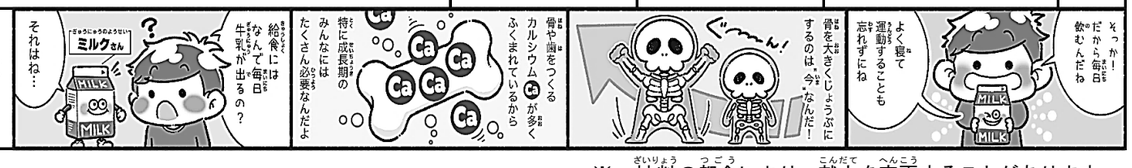
令和7年

6月分学校給食献立表　（21回）

今治市立国分小学校調理場

日（曜）	こんだてめい	あかいろ ちやにくやほねになるもの	きいろ はたらくちからやたいおんになるもの	みどりいろ からだのちょうしをととのえるもの	栄養価 エネルギーkcal
②（月）	チキンといろどりやさいのアヒージョ ハムサラダ たまねぎとベーコンのスープ はだかむぎこパン	ぎゅうにゅう ぶたひきにく ロースハム ベーコン・とりにく たまご （ガラスープ）	はだかむぎこパン じゃがいも でんぷん・さとう オリーブオイル こめあぶら	グリーンアスパラガス キャベツ・きゅうり たまねぎ・とうもろこし トマト・にんじん にんにく・レタス	541
③（火）	ごはん こうやどうふのごまあえ きりぼしだいこんのたまごやき きんぴらごぼう	ぎゅうにゅう しろいんげんまめペースト こうやどうふ・たまご くきわかめ・しらすぼし てんぷら・ぎゅうにく （にぼし） （けずりぶし）	こめ・さとう・ごま ごまあぶら こめあぶら	こんにゃく・えだまめ ごぼう・こまつな しょうが きりぼしだいこん にんじん・ねぎ	541
4（水）	ごはん もやしのごまずあえ もずくのかきあげ うまかってん じゃがいものみそしる	ぎゅうにゅう あぶらあげ・もずく わかめ・いか たまご・みそ （にぼし）	てんぷらこ・こめ じゃがいも さんおんとう うまかってん・ごま 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	626
⑤（木）	じゃがいものグラタン コッペパン ごぼうサラダ フェジョアーダ	ぎゅうにゅう しろいんげんまめ きんときまめ ベーコン ウインナー とりにく・チーズ （ガラスープ）	こむぎこ・パン パンこ・じゃがいも さとう・こめあぶら バター ごまドレッシング	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 にんにく・パセリ しめじ・マッシュルーム	578
6（金）	ごはん かみかみあえ さばのごまやき ぶたにくとやさいのにもの	ぎゅうにゅう・さば さきいか・ぶたにく たまご （にぼし）	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	いとこんにゃく 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	573
⑨（月）	こまつなのミートドッグ セルフパン レモンドレッシングサラダ はさんでたべてね フルーツヨーグルト ABCマカロニスープ	ぎゅうにゅう だいず ぶたひきにく とりにく ヨーグルト （ガラスープ）	パン・マカロニ じゃがいも でんぷん・さとう オリーブオイル こめあぶら	キャベツ・きゅうり こまつな・しょうが たまねぎ・とうもろこし トマトかん・にんじん パセリ・パインかん レモン・おうとうかん	528
⑩（火）	ごはん ごまみそあえ レバーのかりんとう ごもくまめ	ぎゅうにゅう だいず・てんぷら ぶたレバー とりにく だっしふんにゅう みそ	こめ・でんぷん くろざとう・さとう ごま・こめあぶら	こんにゃく さやいんげん・キャベツ ごぼう・こまつな しょうが・たけのこ にんじん	580
11（水）	うめちりごはん こまつなのおかかあえ まるあげポテト ぶたにくとアスパラのいためもの にらたまスープ	ぎゅうにゅう あおのりこ しらすぼし かつおぶし ぶたにく・たまご （ガラスープ）	こめ・じゃがいも でんぷん さんおんとう こめあぶら	グリーンアスパラガス キャベツ・こまつな あかしそ・たまねぎ にら・にんじん・もやし	552
⑫（木）	ピースの日 てりやきチキン コッペパン レンズまめとひじきのサラダ リゾット	ぎゅうにゅう あぶらあげ レンズまめ・ひじき いか・とりにく こなチーズ （ガラスープ）	パン・こめ さとう オリーブオイル バター	えだまめ・たまねぎ とうもろこし トマトジュース にんじん・にんにく パセリ・マッシュルーム	558
⑬（金）	ごはん あかしそあえ UFOぎょうざ ごもくビーフン	ぎゅうにゅう まぐろあぶらづけ えび・ぶたにく うずらたまご・チーズ	こむぎこ ぎょうざのかわ こめ・ビーフン さとう・ごま ごまあぶら こめあぶら マヨネーズ	キャベツ・きゅうり あかしそ・しょうが たくあんづけ・たけのこ たまねぎ・にんじん ねぎ・レモン・きくらげ	744
⑯（月）	とりにくのガーリックみかんソース コッペパン マリネサラダ ずんだもち ぷちぷちはだかむぎのミネストローネ	ぎゅうにゅう ぶたにく ロースハム・とりにく	はだかむぎ・パン しらたまだんご じゃがいも でんぷん・さとう みかんジャム オリーブオイル こめあぶら	グリーンアスパラガス えだまめペースト キャベツ・きゅうり たまねぎ・にんじん にんにく・パセリ みかんジュース・レモン	546
⑰（火）	ごはん アスパラのちりめんあえ はものチーズのりあげ いりどうふ	ぎゅうにゅう・とうふ のり・しらすぼし かつおぶし・はもすりみ とりにく・とりひきにく たまご・チーズ （にぼし）	こめ・でんぷん さとう・ごまあぶら こめあぶら	グリーンアスパラガス さやいんげん・えだまめ キャベツ・きゅうり たけのこ・たまねぎ にんじん・ほししいたけ	580
18（水）	ごはん うりのすのもの くるしまたいのしおやき しんじゃがのうまに	ぎゅうにゅう わかめ・しらすぼし たい・とりにく （にぼし）	こめ・じゃがいも さとう・こめあぶら	こんにゃく・えだまめ うり・たまねぎ にんじん・ほししいたけ	500
19（木）	i.i.imabari! ブランド給食 とうふハンバーグ しんじゃがのかりじゃこサラダ コッペパン いまばりしさんみかんジャム ベジタブルスープ ラッキーにんじん	ぎゅうにゅう・とうふ ひじき・しらすぼし とりひきにく ぶたにく ぶたひきにく	パン・パンこ じゃがいも さんおんとう みかんジャム ごまあぶら こめあぶら	きゅうり・こまつな たまねぎ・にんじん ねぎ・レモン	517
⑳（金）	FC今治コラボ給食（いまばり きゅうしょく） むぎごはん トマトサラダ せとあげ かんきつかおるチキンカレー かけてたべてネ！ FC IMABARI	ぎゅうにゅう とうふ・えそ とりにく・たまご だっしふんにゅう	むぎ・こめ じゃがいも でんぷん・さとう みかんジャム オリーブオイル こめあぶら カレールウ	きゅうり・しょうが たまねぎ・トマト にんじん・にんにく ねぎ・ピーマン レタス	595
㉓（月）	いかのこがねやき コッペパン ビーンズフレンチ あじさいゼリー わふうスパゲティ	ぎゅうにゅう だいず・のり アガー・はまぐり いか・ベーコン たまご・チーズ	パン・スパゲティ パンこ・さとう ごまあぶら こめあぶら カクテルゼリー	キャベツ・こまつな たまねぎ・コーンかん にんじん・パセリ みかんかん グレープジュース えのきだけ マッシュルーム	594
㉔（火）	ごはん きゅうりのばいにくあえ ぶたにくのねぎみそやき ごぼうのやながわに	ぎゅうにゅう かつおぶし ぎゅうにく ぶたにく・たまご みそ （にぼし）	こめ・さとう さんおんとう こめあぶら	えだまめ・キャベツ きゅうり・ごぼう たまねぎ・にんじん ねぎ・ばいにく	554
25（水）	カルシウムの日 ごはん キャベツといりたまごのおかかあえ あじのなんばんづけ ぶたにくとあつあげのピリからに	ぎゅうにゅう あつあげ・あじ かつおぶし ぶたにく・たまご みそ （ガラスープ）	こめ・でんぷん さとう さんおんとう こめあぶら	こんにゃく・キャベツ たけのこ・たまねぎ レッドオニオン チンゲンサイ・にんじん しろねぎ・ピーマン きいろピーマン しょうが・にんにく	607
26（木）	とりにくのガーリックパンこやき こくとうパン じゃがいものサラダ トマトとたまごのスープ	ぎゅうにゅう しろいんげんまめペースト ひじき・ベーコン とりにく・たまご （ガラスープ）	パン・パンこ じゃがいも でんぷん くろざとう・さとう オリーブオイル ごまあぶら・バター	きゅうり・たまねぎ トマト・パセリ・レタス	543
27（金）	ごはん からしあえ くきわかめのつくだに えそのかおりむし こまつなのみそしる	ぎゅうにゅう とうふ・あぶらあげ くきわかめ えそすりみ・えび ロースハム・たまご みそ （にぼし）	こめ・でんぷん さとう・ごま ごまあぶら	えだまめ・キャベツ きゅうり・こまつな しょうが・たまねぎ にんじん・ねぎ えのきだけ・きくらげ ほししいたけ	515
30（月）	さわらのオランダあげ コッペパン こんにゃくサラダ ちゅうかコーンスープ	ぎゅうにゅう さわら・たまご こなチーズ	こむぎこ・パン でんぷん さんおんとう ごまあぶら こめあぶら	サラダこんにゃく きゅうり・たまねぎ チンゲンサイ コーンかん・にんじん しろねぎ・パセリ もやし・えのきだけ	582

6月は牛乳月間です



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。

※　材料の都合により、献立を変更することがあります。

引用：学校給食　2024年5月号