

令和7年

6月分 学校給食献立表 (21回)

今治市立清水調理場
(清水小・富田小)

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
2 (月)	ヤンニョムチキン はるさめサラダ はだかむぎコパン	ぎゅうにゅう とうふ ロースハム とりこ たまご (ガラスープ)	はだかむぎコパン こむぎこ・でんぶん しょうしんこ・さとう はるさめ・こめあぶら ごま・さんおんとう ごまあぶら	キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん きくらげ	583	17 (火)	あいあい いまばり i.i.imabari ブランド給食 しんじゃがの 刺じゃこサラダ てんねんだいの レモンソースかけ ごはん ちゅうかスープ	ぎゅうにゅう・とうふ ひじき・しらすぼし たい・ぶたひきにく たまご	こめ・こむぎこ こめこ・じゃがいも でんぶん・さとう さんおんとう ごまあぶら こめあぶら	きゅうり・たまねぎ にんじん・ねぎ レモン・えのきだけ きくらげ・しょうが	588
3 (火)	ごはん いそかあえ ししゃもの まっちゃんフライ よしのじる	ぎゅうにゅう・とうふ のり・ししゃも とりこ・たまご (こんぶ) (けずりぶし)	こめ・こむぎこ じゃがいも でんぶん さとう こめあぶら	キャベツ・こまつな たまねぎ・にんじん ねぎ・もやし えのきだけ	560	18 (水)	ごはん たくあんあえ せとあげ いまばりさんだいずと じゃがいものうまに	ぎゅうにゅう・だいず とうふ・あつあげ ねぎ・ぶたにく とりこ・たまご (けずりぶし)	こめ じゃがいも でんぶん さんおんとう こめあぶら	さやいんげん・キャベツ きゅうり・たくあんづけ にんじん・ねぎ ほししいたけ しょうが	632
4 (水)	かにかま サラダ かえりの レモンずあえ かみかみ ピラフ こうやどうふナゲット コンソメスープ	ぎゅうにゅう・たまご ローストだいず あおのりこ ウインナー こうやどうふ・にくだんご かえりいりこ・かにかまぼこ (ガラスープ)	こめ・こむぎこ でんぶん・マロニー さとう・ごま さんおんとう こめあぶら・バター	キャベツ・きゅうり ごぼう・こまつな たまねぎ・とうもろこし にんじん・グリーンピース レタス・レモン きくらげ・にんにく	618	19 (木)	しまなみかんきつゼリー ライスコロッケ わかめサラダ クリームスープ コッペパン	ぎゅうにゅう・おから とうにゅう・わかめ アガー・しらすぼし とりこ	パン・パンこ・こめ 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・ほししいたけ たまねぎ・トマト・レモン にんじん・ピーマン みかんジュース・はっさく きゅうり・トマトピューレ	625
5 (木)	まめのオムレツ じゃこサラダ コッペパン さつぱり しおスパゲティ	ぎゅうにゅう とうにゅう・ぶたにく ひよこまめ・ペーコン しらすぼし・チーズ まぐろあぶらづけ たまご	パン・スパゲティ さとう・さんおんとう 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 にら・にんじん・もやし レタス・レモン・しめじ しょうが・にんにく	597	20 (金)	もちむぎごはん ハニーキャロット サラダ アスパラのキッシュ かんきつがおいしい チキンカレー コッペパン いまばり FC今治コラボ給食 かけてたべてね	ぎゅうにゅう とうにゅう とりこ たまご だっしふんにゅう チーズ	もちむぎ・こめ じゃがいも・はちみつ みかんジャム オリーブオイル こめあぶら カレールウ	グリーンアスパラガス キャベツ・きゅうり みかんジャム オリーブオイル グリーンピース にんじん・ピーマン しょうが・にんにく	610
6 (金)	あじさいゼリー ごはん おかかあえ えだまめの おとしあげ けんちんじる	ぎゅうにゅう あつあげ・アガー えそすりみ かつおぶし たまご (けずりぶし)	こめ じゃがいも でんぶん さとう こめあぶら カクテルゼリー	こんにゃく・えだまめ きゅうり・ごぼう・ こまつな・えのきだけ にんじん・みかんかん きくらげ・しょうが・ねぎ たまねぎ・もやし グレープジュース	606	23 (月)	もずくのてんぷら ハムサラダ サンラータン コッペパン	ぎゅうにゅう・とうふ もずく・かにかまぼこ まぐろあぶらづけ ぶたにく・ロースハム たまご (ガラスープ)	パン こむぎこ でんぶん オリーブオイル こめあぶら	キャベツ・きゅうり たまねぎ・とうもろこし にら・にんじん えのきだけ・きくらげ しょうが	606
9 (月)	タンドリーチキン トマトときゅうり のサラダ チリコンカン セルフパン	ぎゅうにゅう だいず ぶたひきにく とりこ ヨーグルト	パン さんおんとう オリーブオイル こめあぶら	かぼちゃ・きゅうり たまねぎ・トマト にんじん・きいろピーマン レタス・トマトピューレ しょうが・にんにく	589	24 (火)	きゅうりのうめおかかあえ ひよこまめの ハンバーグ にくだうふ	ぎゅうにゅう・だいず やきどうふ・たまご ひよこまめ・かつおぶし ぎゅうにく ぎゅうひきにく ぶたひきにく	こめ パンこ マロニー さとう さんおんとう こめあぶら	こんにゃく・キャベツ きゅうり・たまねぎ にんじん・しろねぎ ばいにく・えのきだけ	630
10 (火)	こまつなごまあえ ごはん とりごぼうつくね こうやどうふ のたまごとじ	ぎゅうにゅう・とうふ こうやどうふ・おから とりひきにく・たまご とりこ (にぼし)	こめ・じゃがいも でんぶん さんおんとう すりごま こめあぶら	いとこんにゃく・こまつな さやいんげん・ごぼう たまねぎ・にんじん もやし・ほししいたけ しょうが	572	25 (水)	ヨーグルト こうやどうふの ごまあえ あじの なんばんづけ きんぴらみそしる カルシウムの日 ごはん	ぎゅうにゅう・とうふ こうやどうふ・あじ ぶたにく・ヨーグルト みそ・(にぼし) (けずりぶし)	こめ・こむぎこ じゃがいも・でんぶん さとう・さんおんとう ごま・ごまあぶら こめあぶら	こんにゃく ごぼう こまつな にんじん ねぎ	652
11 (水)	ひじきのいために さけのオニオン マヨネーズやき じゃがいもの みそしる ゆかりごはん	ぎゅうにゅう とうふ・あぶらあげ わかめ・ひじき さけ・みそ (にぼし)	こめ・じゃがいも さんおんとう こめあぶら バター マヨネーズ	いとこんにゃく えだまめ・あかしそ たまねぎ・とうもろこし にんじん・ねぎ パセリ・えのきだけ	651	26 (木)	ポテトグラタン レモンドレッシング サラダ キムチスープ こくとうパン	ぎゅうにゅう・だいず とうふ・とうにゅう ぶたにく・チーズ ぶたひきにく (ガラスープ)	パン・こむぎこ パンこ・じゃがいも くるざとう・さとう さんおんとう オリーブオイル こめあぶら・バター	えだまめ・キャベツ きゅうり・たまねぎ とうもろこし・にら にんじん・キムチ・レモン きくらげ・しめじ しょうが・にんにく	615
12 (木)	だいずの メンチカツ マカロニサラダ マヨネーズ にくだんごと きくらげのスープ コッペパン ピースの日	ぎゅうにゅう・だいず ぶたひきにく ロースハム たまご・にくだんご (ガラスープ)	こむぎこ・パン マカロニ・パンこ でんぶん さんおんとう こめあぶら 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・きくらげ しめじ	656	27 (金)	ごはん かみかみサラダ げんきがでる レバー ビーフンスープ	ぎゅうにゅう さきいか・ぶたレバー ペーコン・とりこ うずらたまご (ガラスープ)	こめ・ピーマン でんぶん さんおんとう アーモンド ごまあぶら こめあぶら	キャベツ・きゅうり こまつな・たまねぎ とうもろこし・にんじん ねぎ・はくさい・レモン しょうが・にんにく	654
13 (金)	にゅうさんきんゼリー むぎごはん ひじきのナムル ちゅうかころもあげ マーボー どんぶり	ぎゅうにゅう・とうふ かんでん・ひじき ホキ・ぶたひきにく たまご・みそ にゅうさんきんいりょう	こめ・むぎ・こむぎこ でんぶん・さとう さんおんとう・ごま ごまあぶら なたねあぶら	こまつな・たまねぎ にんじん・ねぎ・もやし パインアップル ほししいたけ しょうが	607	30 (月)	メロン カレー コロッケ ミニトマトのサラダ きわかめの スープ コッペパン	ぎゅうにゅう だいず くきわかめ ぶたひきにく たまご (ガラスープ)	パン・さんおんとう こむぎこ・じゃがいも パンこ・もち・こめこ オリーブオイル こめあぶら カレールウ	キャベツ・きゅうり たまねぎ・ミニトマト にんじん・しろねぎ レタス・メロン えのきだけ にんにく	623
16 (月)	ぶたにくの ハニーマヨネーズやき ひじきの レモンずあえ コッペパン いまばりさんみかんジャム ミネストローネ	ぎゅうにゅう・だいず とうにゅう・ひじき かえりいりこ ちくわ・ぶたにく チーズ (ガラスープ)	パン・じゃがいも さんおんとう はちみつ みかんジャム こめあぶら バター・マヨネーズ	きゅうり・こまつな たまねぎ・トマト にんじん・レモン トマトピューレ にんにく	580	毎年6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」 「食べる力」=「生きる力」を育みましょう こんなことも 食育です 買い物や料理など、 一緒に食事の支度をする 家族や仲間と楽しく 食卓を囲む 地域の郷土料理や 行事食を味わう イラスト：学校給食 (2024年5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、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。