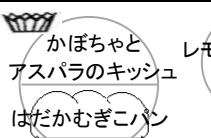
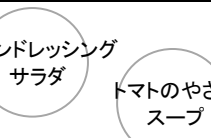
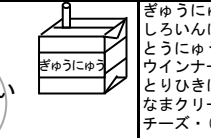
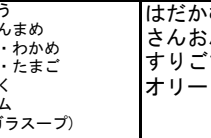
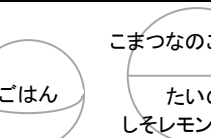
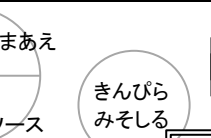
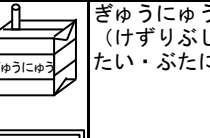
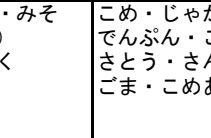
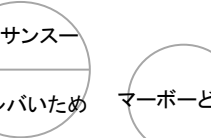
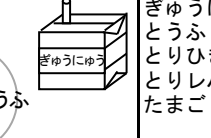
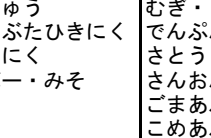
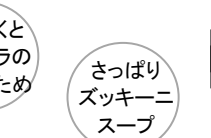
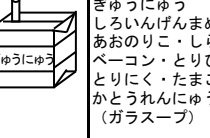
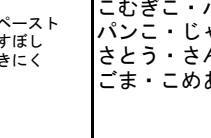
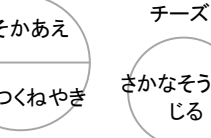
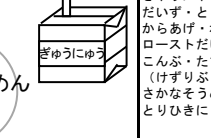
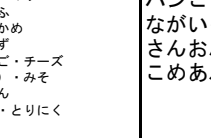
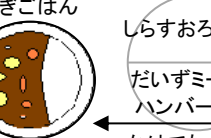
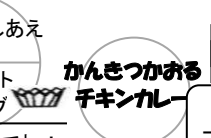
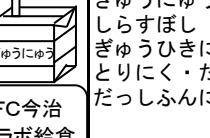
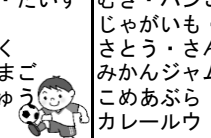
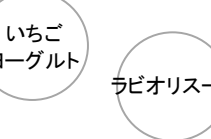
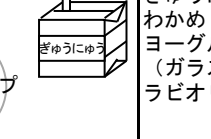
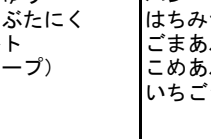
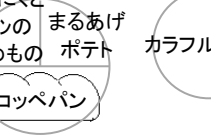
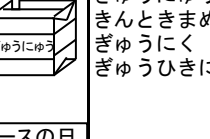
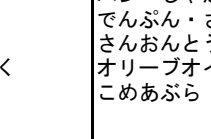
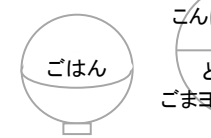
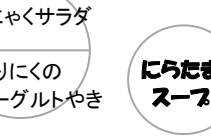
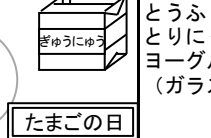
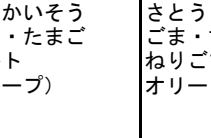
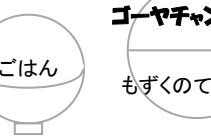
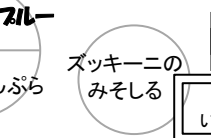
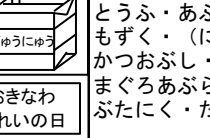
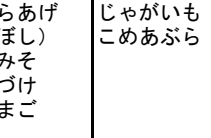
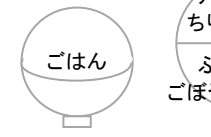
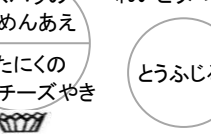
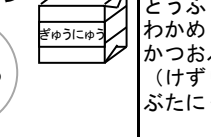
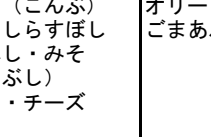
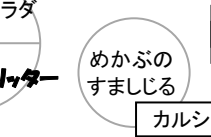
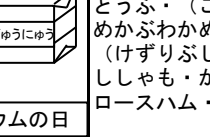
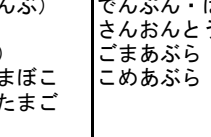
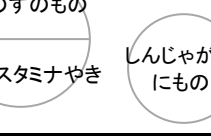
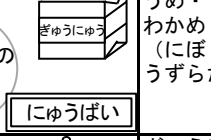
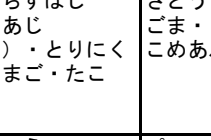
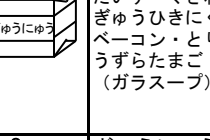
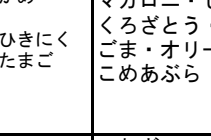
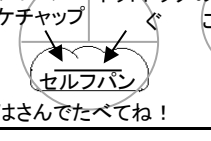
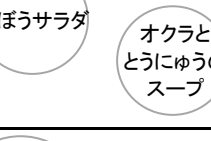
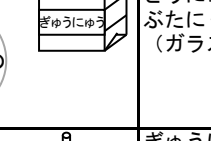
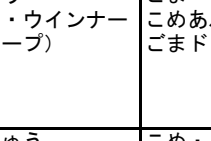
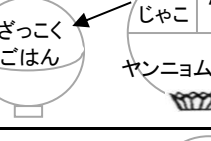
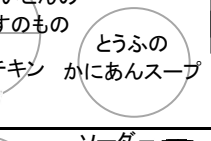
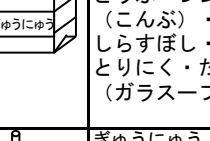
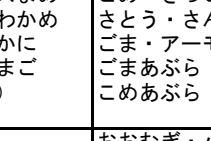
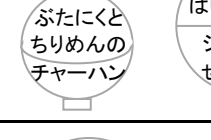
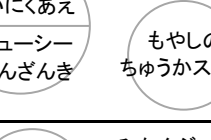
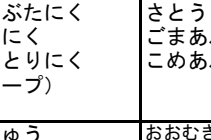
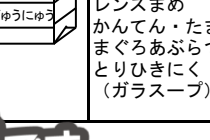
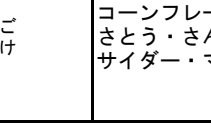
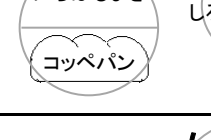
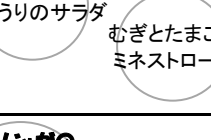
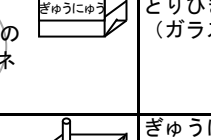
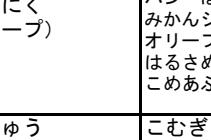
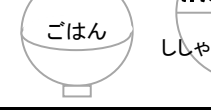
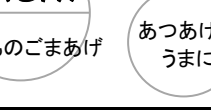
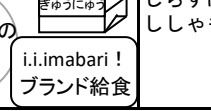
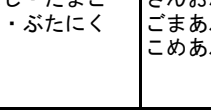


日 (曜)	こ ん だ て め い				栄養価 kcal	日 (曜)	こ ん だ て め い				栄養価 kcal
2 (月)	   	ちやにくやほねに なるもの	はたらくちからや たいおんになるもの	からだのちょうしを ととのえるもの	547	   	ぎゅうにゅう・みそ (けずりぶし) たい・ぶたにく	こめ・じゃがいも でんぷん・こめこ さとう・さんおんとう ごま・こめあぶら	いとこんにやく キャベツ・ごぼう こまつな・しそ たまねぎ・にんじん ねぎ・レモン	554	
3 (火)	   	ぎゅうにゅう とうふ・ぶたひきにく とりひきにく とりレバー・みそ たまご	むぎ・こめ でんぷん・はるさめ さとう・ごま さんおんとう ごまあぶら こめあぶら	キャベツ・きゅうり たけのこ・たまねぎ チンゲンサイ・にら にんじん・ねぎ・もやし えのきだけ・きくらげ ほししいたけ しょうが・にんにく	565	   	ぎゅうにゅう しろいんげんまめペースト あおのりこ・しらすぼし ベーコン・とりひきにく とりにく・たまご かとうれんにゅう (ガラスープ)	こむぎこ・パン パンこ・じゃがいも さとう・さんおんとう ごま・こめあぶら	グリーンアスパラガス ズッキーニ・たまねぎ とうもろこし・にんじん しめじ	561	
4 (水)	   	ぎゅうにゅう・のり だいず・とうふ からあげ・わかめ ローストだいず こんぶ・たまご・チーズ (けずりぶし)・みそ さかなそうめん とりひきにく・とりにく	パンこ・こめ ながいも さんおんとう こめあぶら	キャベツ・ごぼう こまつな・たまねぎ にんじん・もやし ねぎ・えのきだけ ほししいたけ しょうが	520	   	ぎゅうにゅう・だいず しらすぼし ぎゅうひきにく とりにく・たまご だっしふんにゅう	むぎ・パンこ・こめ じゃがいも・でんぷん さとう・さんおんとう みかんジャム こめあぶら カレールウ	こまつな・だいこん たまねぎ・トマト にんじん・ピーマン きくらげ・しょうが にんにく	605	
5 (木)	   	ぎゅうにゅう わかめ・ぶたにく ヨーグルト (ガラスープ) ラビオリ	パン・さんおんとう はちみつ ごまあぶら こめあぶら いちごジャム	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・しそ きいろピーマン・りんごソース もやし・きくらげ しょうが・にんにく みかんかん・はくとうかん	550	   	ぎゅうにゅう ときまめ ぎゅうにく ぎゅうひきにく	パン・じゃがいも でんぷん・さとう さんおんとう オリーブオイル こめあぶら	きゅうり・たけのこ たまねぎ・トマト とうもろこし・パセリ ピーマン・しめじ・レタス しょうが・にんにく	595	
6 (金)	   	ぎゅうにゅう とうふ・かいそう とりにく・たまご ヨーグルト (ガラスープ)	こめ・でんぷん さとう・はちみつ ごま・すりごま ねりごま オリーブオイル	サラダこんにやく きゅうり・たまねぎ にんじん・レモン にら・ほししいたけ	527	   	ぎゅうにゅう とうふ・あぶらあげ もずく・(にぼし) かつおぶし・みそ まぐろあぶらづけ ぶたにく・たまご	こむぎこ・こめ じゃがいも こめあぶら	ズッキーニ・にら たまねぎ・にがうり にんじん・もやし とうもろこし	538	
10 (火)	   	ぎゅうにゅう とうふ・(こんぶ) わかめ・しらすぼし かつおぶし・みそ (けずりぶし) ぶたにく・チーズ	こめ オリーブオイル ごまあぶら	グリーンアスパラガス キャベツ・きゅうり ごぼう・たまねぎ にんじん・ねぎ パインアップル えのきだけ トマトビュレ	488	   	ぎゅうにゅう とうふ・(こんぶ) めかぶわかめ (けずりぶし) ししゃも・かまぼこ ロースハム・たまご	こむぎこ・こめ でんぷん・はるさめ さんおんとう・ごま ごまあぶら こめあぶら	きゅうり・こまつな にんじん・パセリ えのきだけ	548	
11 (水)	   	ぎゅうにゅう うめ・しらすぼし わかめ・あじ (にぼし)・とりにく うずらたまご・たこ	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	こんにやく・さやいんげん かんぴょう・きゅうり にんじん・にんにく ほししいたけ	535	   	ぎゅうにゅう だいず・くきわかめ ぎゅうひきにく ベーコン・とりひきにく うずらたまご・たまご (ガラスープ)	こむぎこ・パン マカロニ・じゃがいも くろざとう・さとう ごま・オリーブオイル こめあぶら	キャベツ・きゅうり たまねぎ・にんじん しそ・とうもろこし パセリ・メロン	574	
12 (木)	   	ぎゅうにゅう とうふ・(こんぶ) わかめ・しらすぼし かつおぶし・みそ (けずりぶし) ぶたにく・チーズ	パン・じゃがいも ごま・ごまあぶら こめあぶら ごまドレッシング	オクラ・キャベツ きゅうり・ごぼう たまねぎ・にんじん ねぎ・ほししいたけ	569	   	ぎゅうにゅう とうふ・レンズまめ (こんぶ)・わかめ しらすぼし・かに とりにく・たまご (ガラスープ)	こむぎこ・でんぷん こめ・ざっくまい さとう・さんおんとう ごま・アーモンド ごまあぶら こめあぶら	きゅうり・にんじん きりぼしだいこん チンゲンサイ えのきだけ・しょうが	613	
13 (金)	   	ぎゅうにゅう わかめ・しらすぼし ちくわ・ぶたにく とりひきにく たまご・とりにく (ガラスープ)	こめ・ピーマン こめこ・でんぷん さとう・みかんジャム ごまあぶら こめあぶら	キャベツ・きゅうり たまねぎ・にんじん ピーマン・ばいにく ほししいたけ・にんにく もやし・ねぎ・しょうが	560	   	ぎゅうにゅう よよこめ・ホキ レンズまめ かんてん・たまご まぐろあぶらづけ とりひきにく (ガラスープ)	おおむぎ・パン パンこ コーンフレーク さとう・さんおんとう サイダー・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・パセリ レモン・しめじ みかんかん	547	
16 (月)	   	ぎゅうにゅう ぶたにく・たまご とりひきにく (ガラスープ)	おむぎ・もちむぎ こむぎこ・でんぷん パン・はるまきのかわ みかんジャム・さとう オリーブオイル はるさめ・ごまあぶら こめあぶら	キャベツ・きゅうり しそ・うり・たけのこ たまねぎ・にら・にんじん にんにく・パセリ きくらげ・しょうが	570	6月は食育月間です 未来を担う子どもたちの健やかな成長を支えるため、学校では食育に取り組んでいます。ただ、食育は学校や子どもだけのものではありません。ご家庭や地域において、赤ちゃんから高齢の方まですべての世代で取り組んでほしいものです。あまり難しく考えず、まずは身近なことから意識して取り組んでみてはいかがでしょうか。					
17 (火)	   	ぎゅうにゅう あつあげ・ひじき しらすぼし・たまご ししゃも・ぶたにく	こむぎこ・こめ じゃがいも さんおんとう・ごま ごまあぶら こめあぶら	こんにやく・えだまめ きゅうり・たまねぎ にんじん・レモン しめじ	601	●食育のあいさつを ●親子で料理をする ●食品の栄養成分表示を確認する					

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。

【給食のない日】9日 練習休業日

引用: 「食育フォーラム 2025年6号」

※ 材料の都合により、献立を変更することがあります。