

令和7年			6月分			学校給食献立表 (21回)			今治市立夢づくり調理場 (日高小・乃万小・南中・西中)						
日 (曜)	こ ん だ て め い			あ か い ろ	き い ろ	み ど り い ろ	栄養価	日 (曜)	こ ん だ て め い			あ か い ろ	き い ろ	み ど り い ろ	栄養価
2 (月)	こまつな にゅうさんきんぜりー かんぴょうのごまあえ みぞかつ かきたまじる ぎゅうにゅう ちゅうがっこうそうごうだいいくたいがい 中学校総合体育大会 応援メニュー			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 662 890	17 (火)	かえりとひじきの あえもの ぎゅうにゅう てんねんだいの しそレモンソース しんじゃがの うまに			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	611 796
3 (火)	ごはん キャベツの おかかあえ あじの スタミナやき とんじゃが ぎゅうにゅう			ぎゅうにゅう・あじ かつおぶし ぶたにく	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	いとこんにやく さやいんげん・キャベツ ごぼう・たまねぎ にんじん・もやし にんにく	521	18 (水)	メロン ベジスクランブル エッグ とりにくの ポトフ はちみつレモントースト ラッキーにんじん「ハート」 ぎゅうにゅう			ぎゅうにゅう ぶたにく・たまご (ガラスープ)	パン・じゃがいも さとう・はちみつ こめあぶら・バター	キャベツ・こまつな たまねぎ・とうもろこし にんじん・パセリ メロン・レモン えのきだけ・にんにく	686 700
4 (水)	コーンサラダ ぎゅうにくの オイスターソース いため クッキーパン ビーンズ スープ ぎゅうにゅう			ぎゅうにゅう しろいんげんまめ だいたず・ぎゅうにく ベーコン・たまご (ガラスープ)	こむぎこ・パン じゃがいも・さとう さんおんとう アーモンド こめあぶら・バター	キャベツ・きゅうり こまつな・たけのこ たまねぎ・チンゲンサイ とうもろこし・にんじん もやし・レモン・しめじ エリンギ	647	19 (木)	しんじゃがの カリじゃこサラダ さばのごまみそやき けんちんじる ぎゅうにゅう あいあい いまばり I.I Imabari! フランド給食			ぎゅうにゅう あつあげ・ひじき しらすぼし・さば みそ (こんぶ) (かつおぶし)	こめ・じゃがいも でんぶん さんおんとう すりごま・ごまあぶら	こんにやく・きゅうり ごぼう・だいこん にんじん・ねぎ・レモン えのきだけ・しょうが	543 750
5 (木)	ごはん ナムル にはらはまき はつぼう さい ぎゅうにゅう			ぎゅうにゅう・えび いか・ぶたひきにく ロースハム とりにく うずらたまご (ガラスープ)	こむぎこ はるまきのかわ・こめ でんぶん・はるさめ さんおんとう・ごま ごまあぶら こめあぶら	さやいんげん・キャベツ こまつな・たけのこ たまねぎ・にら・にんじん はくさい・もやし きくらげ・しょうが	608	20 (金)	かぼちゃコロツケ ごぼう サラダ コッペパン いまばりさん みかんジャム もちむぎ ファイバー スープ ぎゅうにゅう			ぎゅうにゅう・だいず ぶたにく とりにひきにく・たまご (ガラスープ)	もちむぎ・こむぎこ パン・パンこ じゃがいも・さとう みかんジャム こめあぶら ごまドレッシング	かぼちゃ かぼちゃペースト きゅうり・ごぼう こまつな・たまねぎ にんじん・レタス きくらげ・しめじ	622 741
6 (金)	たまご グラタン オレンジ トマトと きゅうりの サラダ ジュリエンス スープ たまご 卵の日 ぎゅうにゅう こくとうパン			ぎゅうにゅう しろいんげんまめペースト ベーコン・とりにく うずらたまご チーズ (ガラスープ)	こむぎこ・パン パンこ・じゃがいも くろざとう さんおんとう こめあぶら・バター	グリーンアスパラガス きゅうり・たまねぎ トマト・にんじん・パセリ もやし・レタス オレンジ	626	23 (月)	ハムサラダ ししゃもの フリッター マーボーどうふ カルシウムの日 ぎゅうにゅう ごはん			ぎゅうにゅう・だいず とうふ・ししゃも ぶたひきにく ロースハム・たまご みそ	こむぎこ・こめ でんぶん・さとう 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 ねぎ・パセリ・レタス ほししいたけ・しょうが にんにく	620 810
9 (月)	ごはん かみかみあえ とりにくの あまずいちご うずらたまごの ちゅうかスープ ぎゅうにゅう			ぎゅうにゅう さきいか とりにく うずらたまご	こめ・じゃがいも でんぶん・はるさめ さとう・さんおんとう アーモンド いちごジャム 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 にんじん・ピーマン えのきだけ ほししいたけ・しょうが	599 798	24 (火)	きくらげのサラダ レバーとじゃがいも かみかみあえ にはたま スープ ぎゅうにゅう ごはん			ぎゅうにゅう ぶたレバー・たまご みそ (ガラスープ)	こめ・じゃがいも でんぶん・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	キャベツ・きゅうり ごぼう・たまねぎ・にら にんじん・もやし えのきだけ・きくらげ しょうが	571 765
10 (火)	うめ ちりごはん しめじのごまあえ チキンチキン ごぼう じゃがいもの みそしる ぎゅうにゅう にゅうがいにんだて 入梅献立			ぎゅうにゅう あぶらあげ・わかめ しらすぼし とりにく・みそ (にぼし)	こめ・じゃがいも でんぶん さんおんとう・ごま こめあぶら	えだまめ・キャベツ ごぼう・こまつな たまねぎ・にんじん ねぎ・うめぼし えのきだけ・しめじ	611 814	25 (水)	じゃこカツ レモン ドレッシング サラダ フルーツナタデココ はだかむぎいり ミネストローネ ぎゅうにゅう バーガーパン			ぎゅうにゅう・ひじき じゃこてんすりみ ベーコン・たまご (ガラスープ)	はだかむぎ・パン パンこ・じゃがいも でんぶん さんおんとう オリーブオイル こめあぶら ナタデココ	かぼちゃ・キャベツ きゅうり・たまねぎ とうもろこし・トマトかん にんじん・ねぎ・パセリ みかんかん・パインかん レモン・おうとう	606 729
11 (水)	ぶたにくとトマトの チーズやき マカロニ サラダ マスカットジュレ ふわふわ スープ ぎゅうにゅう コッペパン			ぎゅうにゅう ぶたにく ロースハム・ベーコン たまご・こなチーズ チーズ	パン・マカロニ パンこ・じゃがいも さとう・こめあぶら バター カクテルゼリー マスカットゼリー ナタデココ	キャベツ・きゅうり こまつな・ズッキーニ たまねぎ・トマト にんじん・パセリ パインかん マッシュルーム	607 735	26 (木)	ツナ サラダ かんきつかある チキンカレー おからのココット かけたまてね FC今治コラボ給食 むぎごはん ぎゅうにゅう			ぎゅうにゅう しろいんげんまめペースト おから まぐろあぶらづけ とりにひきにく とりにく・たまご	むぎ・こめ じゃがいも・さとう さんおんとう みかんジャム こめあぶら マヨネーズ カレールウ	キャベツ・きゅうり たまねぎ・トマト にんじん・ねぎ・ピーマン レタス・しょうが にんにく	634 831
12 (木)	むぎ ごはん うりの すのもの コーンの てんぷら ぎゅうごぼう どんぶり ぎゅうにゅう かけてたべてね			ぎゅうにゅう やきどうふ・わかめ ぎゅうにく ロースハム・たまご (かつおぶし)	むぎ・こむぎこ・こめ じょうしんこ・さとう さんおんとう こめあぶら	いとこんにやく・キャベツ ごぼう・ピーマン うり・たまねぎ とうもろこし・にんじん ねぎ・ほししいたけ	602 799	27 (金)	だいず ミートハンバーグ フレンチ サラダ かぼちゃの ポタージュ ぎゅうにゅう コッペパン			ぎゅうにゅう・だいず とうにゅう あいびきにく とりにく・たまご	パン・パンこ こめこ・さとう こめあぶら・バター	かぼちゃ かぼちゃペースト キャベツ・きゅうり たまねぎ・とうもろこし にんじん・パセリ レタス・レモン きくらげ	628 743
13 (金)	ポテトオムレツ わかめの ごまドレッシング サラダ スパゲティ ナポリタン ぎゅうにゅう コッペパン			ぎゅうにゅう・わかめ まぐろあぶらづけ ベーコン ぶたひきにく ゼラチン・たまご	パン・スパゲティ じゃがいも・さとう こめあぶら・バター ごまドレッシング	グリーンアスパラガス きゅうり・たまねぎ とうもろこし・にんじん ピーマン・レタス しめじ・マッシュルーム トマトピューレ	611 731	30 (月)	ひやし ちゅうか(ぐ) とりにくの ひやしちゅうか (めん・つゆ) げんりょう ごまごはん カシューナッツいため ぎゅうにゅう			ぎゅうにゅう・わかめ アーモンドいりこ ロースハム・とりにく たまご (かつおぶし)	ちゅうかめん・こめ でんぶん さんおんとう カシューナッツ・ごま こめあぶら こめあぶら	きゅうり・たまねぎ にんじん・ピーマン もやし・りんごソース しょうが	695 837
16 (月)	だいず ピラフ アスパラの ちりめんあえ とりにくの みかんソース ベジタブル スープ ピースの日 ぎゅうにゅう			ぎゅうにゅう しろいんげんまめ だいたず・しらすぼし かつおぶし・ぶたにく とりにく (ガラスープ)	こむぎこ・こめ こめこ・でんぶん みかんジャム ごまあぶら こめあぶら・バター	グリーンアスパラガス えだまめ・キャベツ きゅうり・たまねぎ チンゲンサイ・にんにく とうもろこし・にんじん もやし・みかんジュース えのきだけ・きくらげ	525 669	毎年6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」 「食育力」=「生きる力」を育みましょう イラスト: 学校給食 (2024 年5月号) 買い物や料理など、 家族や仲間と楽しく 地域郷土料理や 行事食を味わう 食卓を囲む 一緒に食事の支度をする こんなことも 食育です							