

令和7年

9月分 学校給食献立表 (20回)

今治市立伯方調理場
(伯方小・伯方中・伯方分校)

日 (曜)	こ ん だ て め い	あ か い ろ	き い ろ	み ど り い ろ	栄養価 上：小学生 下：中学生	日 (曜)	こ ん だ て め い	あ か い ろ	き い ろ	み ど り い ろ	栄養価 上：小学生 下：中学生
1 (月)	マヨネーズ ポテトサラダ ごはん ぶたにくときのこの ソテー かきたま じる ぎゅうにゅう	ちやにくやほねに なるもの ぎゅうにゅう・とうふ あつあげ・かんてん まぐろあぶらづけ ぶたにく・たまご (けずりぶし)	はたらくちからや たいおんになるもの こめ・じゃがいも でんぷん・こめあぶら マヨネーズ	からだのちょうしを ととのえるもの きゅうり・こまつな たまねぎ・とうもろこし にんじん・ねぎ あかピーマン・レモン えのきだけ・まいたけ	*** 755	16 (火)	ポテトミート グラタン トマトとひじきの サラダ まめとかぼちゃ のスープ りんごジャム コッペパン ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう・だいず ビーンズミックス ひじき・ぶたにく ベーコン・とりにく ぎゅうにゅう なまクリーム・チーズ (ガラスープ)	パン・こめこ じゃがいも・さとう りんごジャム・バター オリーブオイル こめあぶら	かぼちゃ・こまつな セロリ・たまねぎ とうもろこし・ミニトマト にんじん・パセリ・レタス しめじ	634 758
2 (火)	あじの カレーマヨネーズやき そうめんうりの すもの あんにんどうふ ぎゅうにゅう しろいんげんまめ のポタージュ コッペパン ピースの日	ぎゅうにゅう しろいんげんまめ あじ・ロースハム とりにく・こなチーズ ぎゅうにゅう (ガラスープ)	パン・パンこ・こめこ じゃがいも・さとう ごま・こめあぶら あんにんどうふ マヨネーズ	そうめんかぼちゃ きゅうり・たまねぎ とうもろこし・にんじん パセリ・おうとうかん しめじ	644 755	17 (水)	アセロラゼリー しろいんげんまめの サラダ むぎごはん ししゃもの オランダあげ マーボーなす ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう・だいず しろいんげんまめ ししゃも・ぶたにく まぐろあぶらづけ たまご・こなチーズ (ガラスープ)	むぎ・こむぎこ・こめ でんぷん・さとう オリーブオイル ごまあぶら アセロラゼリー	きゅうり・たまねぎ トマト・なす・にんじん パセリ・ピーマン・レタス	658 782
3 (水)	ツナコーン サラダ ぶどう かぼちゃ オムレツ ごはん ガンボ スープ ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう・わかめ まぐろあぶらづけ ベーコン・ウィンナー とりにく・たまご チーズ (ガラスープ)	こめ・さとう オリーブオイル こめあぶら	オクラ・かぼちゃ たまねぎ・チンゲンサイ とうもろこし・トマト あかピーマン・レタス ぶどう・レモン	637 790	18 (木)	こまつなと えのきの ごまあえ レバーとだいずの かりんとう ごはん めかぶじる ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう・だいず とうふ・めかぶわかめ とりささみ とりレバー (けずりぶし)	こむぎこ・こめ こめこ・でんぷん くろざとう・すりごま こめあぶら	かんぴょう・こまつな たまねぎ・チンゲンサイ にんじん・もやし・なし えのきだけ	615 765
4 (木)	とうがんの ごまあえ ごはん コーンとえだまめの すりみあげ じゃがいもの そばろに ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう・だいず とうふ・えそすりみ ぶたひきにく ロースハム・たまご	こめ・こめこ じゃがいも・さとう すりごま・ごまあぶら こめあぶら	いとこんにやく さやいんげん・えだまめ きゅうり・たまねぎ とうがん・とうもろこし きくらげ・ほししいたけ	636 795	19 (金)	もやしの ちゅうかサラダ さわらの かぼちゃみそやき ごはん にくじゃが ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう あつあげ・さわら ぶたにく・やきぶた	こめ・じゃがいも さとう・ごま アーモンド ごまあぶら マヨネーズ	いとこんにやく・えだまめ かぼちゃ・きゅうり こまつな・たまねぎ にんじん・もやし	636 794
5 (金)	こんにやく サラダ カルシウムの日 とうふの やまいもチーズやき なすの ドライカレー むぎごはん かけてたべてね	ぎゅうにゅう・だいず とうふ・わかめ かつおぶし ぎゅうにく・とりにく チーズ	むぎ・こめ・ながいも さとう・すりごま ごまあぶら こめあぶら カレールー	サラダこんにやく えだまめ・きゅうり たまねぎ・なす・にんじん ねぎ	606 755	22 (月)	りんごゼリー パンサンスー アーモンド いりこ ごはん ぶたにくと あつあげの ピリからに ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう・だいず あつあげ・アガー かえりいりこ ぶたにく・たまご (ガラスープ)	こめ・はるさめ さとう・ごま アーモンド ごまあぶら こめあぶら	こんにやく・きゅうり たけのこ・たまねぎ チンゲンサイ・にんじん しろねぎ・もやし りんごジュース りんごかん	642 788
8 (月)	かぼちゃ ことう サラダ ピーンズ ごはん タンドリーチキン とうがんと わかめの スープ ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう・とうふ ロースただいず わかめ・ベーコン まぐろあぶらづけ とりにく・ヨーグルト	こめ・くろざとう さとう・アーモンド ごま・マヨネーズ	かぼちゃ・きゅうり たまねぎ・とうがん とうもろこし・ねぎ もやし・レモン えのきだけ	621 769	24 (水)	エコ ふりかけ チキン サラダ ごはん たちうおの かきあげ トマトの みそしる ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう・だいず あつあげ・あおのりこ ひじき・たちうお ぶたにく・とりささみ たまご (けずりぶし)	こむぎこ・こめ こめこ・じゃがいも さとう・ごま こめあぶら ドレッシング	キャベツ・きゅうり ごぼう・たまねぎ・トマト にんじん・レタス えのきだけ	628 780
9 (火)	タルタル ソース かいそう サラダ えびカツ ごはん ミネストローネ パルガーパン ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう・たまご しろいんげんまめ かいそう・ひじき えそすりみ・はまぐり えび・ぶたにく (ガラスープ)	パン・マカロニ パンこ・でんぷん さとう・ごま オリーブオイル こめあぶら タルタルソース	きゅうり・セロリ たまねぎ・チンゲンサイ トマトジュース・にんじん パセリ・レタス・しめじ	629 743	25 (木)	ごまあえ さんまの しおやき ごはん いとこんにやくの たまごとじ ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう さんま・ぶたにく たまご	こめ・じゃがいも さとう・すりごま こめあぶら	いとこんにやく・えだまめ キャベツ・ごぼう たまねぎ・にんじん ほうれんそう ほししいたけ	593 773
10 (水)	ひじき サラダ にくみそ げんりょう ごはん てんぷら (そうめんうり・ちくわ) ひやし にくみそうどん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう・だいず ひじき・ちくわ まぐろあぶらづけ ぶたにく・たまご	こむぎこ・うどん こめ・こめこ・さとう ごま・こめあぶら ドレッシング	そうめんかぼちゃ きゅうり・たまねぎ とうもろこし・にんじん ねぎ・ピーマン あかピーマン・もやし きいろピーマン	639 759	26 (金)	からしあえ おから ボール もちむぎ ごはん FCMBARI はっほうさい ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう・おから とうにゅう・ひじき たこ・ぶたにく ロースハム・チーズ うずらたまご (ガラスープ)	もちむぎ・こむぎこ こめ・さといも じゃがいも・でんぷん さとう・ごまあぶら こめあぶら	きゅうり・こまつな べにしょうが・たまねぎ チンゲンサイ・にんじん もやし・しいたけ	629 782
11 (木)	みかんジュース うめドレッシング サラダ きびなごの からあげ むぎごはん ぶたキムチ どんぶり かけてたべてね	ぎゅうにゅう あつあげ・あおのりこ かんてん・ひじき きびなご・ぶたにく かにかまぼこ	こめ・こめこ こめ・こめ・さとう ごま・オリーブオイル ごまあぶら こめあぶら	きゅうり・たけのこ たまねぎ・チンゲンサイ にんじん・キムチ・レタス レモン・きくらげ	631 768	29 (月)	アーモンド あえ I.Limabari! フランド給食 げんきチャージ とうにゅう とんじる ごはん とりにくとなすの なんばんづけ ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう・だいず とうにゅう・ぶたにく とりにく (にぼし)	こめ・こめこ でんぷん・さとう アーモンド こめあぶら	かぼちゃ・キャベツ きゅうり・こまつな たまねぎ・なす・にんじん ねぎ・ピーマン・れんこん ほししいたけ	638 794
12 (金)	ごぼうとナッツの サラダ スパニッシュ オムレツ ごはん ABCスープ ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう・だいず ひじき・ロースハム とりにく・たまご ぎゅうにゅう	マカロニ・こめ じゃがいも・さとう アーモンド ごまあぶら こめあぶら・バター	キャベツ・きゅうり ごぼう・ズッキーニ たまねぎ・トマト にんじん・しめじ	581 722	30 (火)	スコップ クロッケ いとかんてんの サラダ はるさめ スープ きつまいもパン ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう・だいず かんてん・ベーコン かにかまぼこ・チーズ とりにく うずらたまご (ガラスープ)	パン・パンこ さつまいも・はるさめ じゃがいも・さとう オリーブオイル こめあぶら	えだまめ・きゅうり たまねぎ・チンゲンサイ ミニトマト・にんじん レタス・きくらげ	593 763

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、小学校は4年生 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。

ざいりょう つごう こんだて へんこう
※ 材料の都合により、献立を変更することがあります