



日(曜)	こんだてめい	あかい	きいろ	みどりいろ	栄養価 kcal	日(曜)	こんだてめい	あかい	きいろ	みどりいろ	栄養価 kcal
2(火)	ごはん じゃがいものちゅうかあえ かにたまあんかけ マーボー豆腐	ぎゅうにゅうとうふ (けずりぶし) かにかまぼこ ぶたひきにく たまご・みそ	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・ごま さんおんとう オリーブオイル ごまあぶら こめあぶら	からだのちょうしを ととのえるもの キャベツ・きゅうり しょうが・たまねぎ にんじん・にんにく ねぎ・ほししいたけ	638	18(木)	ごはん トマトサラダ とうふナゲット なすとひきにくの カレー	ぎゅうにゅう・わかめ でんぷん・とうふ しらすぼし・たまご まぐるあぶらづけ とりひきにく だっしふんにゅう	むぎ・こめ・じゃがいも でんぷん・さんおんとう アーモンド・ごま オリーブオイル こめあぶら カレールウ	きゅうり・たまねぎ とうもろこし・トマト なす・にんじん・ねぎ ピーマン・レタス・レモン きくらげ・しょうが にんにく	604
3(水)	とりにくの ピザソースやき コッペパン アーモンド サラダ りんごジャム ひやし うめうどん	ぎゅうにゅう あぶらあげ (こんぶ) わかめ (けずりぶし) とりにく・チーズ	パン・うどん さんおんとう・ごま アーモンド りんごジャム ごまあぶら こめあぶら	キャベツ・しそ・たまねぎ とうもろこし・にんじん ねぎ・パセリ・ピーマン あかピーマン・もやし レタス・ぱいにく ほししいたけ マッシュルーム	648	19(金)	カルシウムの日 きび砂糖 からあげ コッペパン きんぴら サラダ ワンタン スープ	ぎゅうにゅう あおのりこ・きびなご ベーコン・とりにく うずらたまご ヨーグルト	こむぎこ・パン ワンタン・さとう しょうしんこ・ごま さんおんとう オリーブオイル こめあぶら	キャベツ・ごぼう たまねぎ チンゲンサイ・にんじん もやし・レタス おうとう・しょうが	597
4(木)	ごはん わふう だいず こざかな さいばの しょうがやき けんきチャー とうにゅう とんじる i.j.imabari! ブランド給食	ぎゅうにゅう・だいず とうにゅう (にぼし)・ぶたにく ロースたけいず・さば かえりいりこ・ちくわ かつおぶし・みそ かにかまぼこ	こめ・さとう さんおんとう こめあぶら ドレッシング	かぼちゃ・キャベツ きゅうり・だいこん たまねぎ・ねぎ れんこん・しょうが ほししいたけ	594	22(月)	ごはん いとかんてんの ごまずあえ まめまめじゃこてん いもたき	ぎゅうにゅう・だいず あつあげ・かんてん ひじき・(にぼし) えそすりみ かにかまぼこ とりにく	こめ・さといも でんぷん さんおんとう・ごま すりごま ごまあぶら こめあぶら	こんにやく・キャベツ きゅうり・ごぼう だいこん とうもろこし にんじん しろねぎ・ほししいたけ	550
5(金)	ぶどう あげささみの レモンに まつまいパン やさいの マリネ ひよこまめの スープ	ぎゅうにゅう ひよこまめ とりひきにく とりささみ	こむぎこ・パン さつまいも・でんぷん じゃがいも さんおんとう オリーブオイル こめあぶら	キャベツ・きゅうり・しそ たまねぎ・とうもろこし にんじん・パセリ・もやし レタス・ぶどう・レモン ほししいたけ	537	24(水)	なし きのこの グラタン コッペパン なまレモン ドレッシング サラダ レタスの ちゅうかスープ	ぎゅうにゅう わかめ・ベーコン とりにく・たまご チーズ	こむぎこ・パン じゃがいも・でんぷん さんおんとう オリーブオイル ごまあぶら こめあぶら・バター	キャベツ・たまねぎ とうもろこし・にんじん パセリ・ほうれんそう レタス・なし・レモン えのきだけ・きくらげ しめじ・エリンギ	530
8(月)	ごはん えのきの おひたし ホキの マヨネーズやき しせん にくじゃが	ぎゅうにゅう しらすぼし・ホキ かつおぶし ぶたにく	こめ・じゃがいも さんおんとう こめあぶら マヨネーズ	いとこんにやく・キャベツ さやえんどう・こまつな たまねぎ・とうもろこし にんじん・パセリ えのきだけ	542	25(木)	さつまいも ごはん さんしよくあえ さけのフライ よせなべ	ぎゅうにゅう あつあげ・(こんぶ) さけ・ちくわ ぶたにく・たまご	こむぎこ・パン こめ・さつまいも さんおんとう ごま・こめあぶら	いとこんにやく・キャベツ だいこん・チンゲンサイ しろねぎ・はくさい しいたけ	565
9(火)	ごはん きりぼしだいこんの のりずあえ あげだしょうふの ごまだれかけ さわにわん	ぎゅうにゅう・とうふ のり・(こんぶ) (けずりぶし) まぐるあぶらづけ ぶたにく	こめ・でんぷん さとう・ごま さんおんとう すりごま こめあぶら	きゅうり・ごぼう こまつな・きくらげ きりぼしだいこん たけのこ・たまねぎ にんじん・ねぎ もやし・えのきだけ	549	26(金)	どうにゅうの キッシュ コッペパン キャロットラペ なすの ミートスパゲティ	ぎゅうにゅう ゼラチン・こなチーズ とうにゅう・たまご ぶたひきにく・チーズ とりひきにく なまクリーム	パン・スパゲティ じゃがいも・さとう はちみつ・アーモンド あかピーマン・レモン オリーブオイル こめあぶら	かぼちゃ・こまつな たまねぎ・とうもろこし なす・にんじん・ピーマン あかピーマン・レモン しめじ・トマトピューレ にんにく・パジル	616
10(水)	ピースの日 だいずミート ハンバーグ コッペパン ごまじゃこ サラダ チーズ とうがん スープ	ぎゅうにゅう しらすぼし ぶたひきにく とりにく・たまご チーズ	パンこ・こめ じゃがいも・でんぷん さんおんとう・ごま ごまあぶら 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・とうがん にんじん・しろねぎ きくらげ	588	29(月)	ごはん パンサンス あきなすの かきあげ FC今治コラボ給食 はっほうさい	ぎゅうにゅう・ちくわ ぶたにく・ロースハム うずらたまご・たまご (ガラスープ)	こむぎこ・こめ こめ・さといも でんぷん・はるさめ さとう・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・なす にんじん・ピーマン あかピーマン しいたけ・しょうが	631
11(木)	わかめごはん かぼちゃの ごまあえ レパールの あまからあげ しらたま だんごじる	ぎゅうにゅう あつあげ・わかめ (にぼし) ぶたレパール・とりにく	こむぎこ・こめ しらたまだんご じゃがいも・でんぷん さとう・さんおんとう ごま・こめあぶら	こんにやく・さやいんげん かぼちゃ・にんじん しろねぎ・ほししいたけ しょうが	591	30(火)	ごはん おかかあえ あじの なんばんづけ きりぼしだいこんと ひじきのにもの	ぎゅうにゅう・あじ あつあげ・ひじき (にぼし) しらすぼし かつおぶし・あかいた とりにく	こむぎこ・こめ でんぷん さんおんとう こめあぶら	こんにやく・さやいんげん キャベツ・きゅうり ごぼう・こまつな きりぼしだいこん たまねぎ・にんじん ねぎ・あかピーマン	587
12(金)	ひじきの ピリからサラダ セサミトースト マスカット ジュレ ポーク ビーンズ	ぎゅうにゅう だいず・ひじき ぶたにく・ベーコン	パン・じゃがいも さとう・さんおんとう アーモンド・ごま すりごま・マーガリン オリーブオイル こめあぶら マスカットゼリー	サラダこんにやく たまねぎ・ミニトマト にんじん・パセリ・レタス みかんかん・パインかん マンゴー・きゅうり トマトピューレ・にんにく	730	<div data-bbox="1543 1470 2819 1953" data-label="Complex-Block"> <p><b>食の備えを見直しましょう</b> ……</p> <p>ねん がつついたち かんとうだいしんさい はっせい がつついたち ぼうさい  あき たいふう 1923年9月1日に関東大震災が発生したことにならみ、9月1日は「防災の日」です。秋は台風シーズンということに加え、近年では気候変動の影響から豪雨も頻発し、各地で甚大な被害が相次いでいる状況です。台風の予報が出てから慌てて買いに行き、売り切れ…ということのないよう、日ごろから水や食料品は多めにストックしておくことが安心です。水や食料品は最低3日分、できれば1週間分を備えておくことが勧められています。日常よく食べているものを多めに買い置きし、食べたらずいぶん「ローリングストック」で無理なく備えましょう。</p> <p>ローリングストック</p> <p>引用：「学校給食2025年8月号」</p> </div>					
16(火)	ごはん くきわかめの サラダ チキンチキン ごぼう あきの かおりじる	ぎゅうにゅう くきわかめ (にぼし) (けずりぶし) ぶたにく・とりにく	こめ・さつまいも でんぷん・さとう さんおんとう・ごま オリーブオイル こめあぶら	こんにやく・えだまめ きゅうり・ごぼう だいこん・なす にんじん・ねぎ・しめじ	584						
17(水)	ぶたにくとトマトの チーズやき コッペパン かいそう ひじきサラダ ぶどうゼリー ABCスープ	ぎゅうにゅう かいそう・ひじき アガー・ぶたにく とりひきにく チーズ	パン・マカロニ さとう・さんおんとう 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・トマト にんじん・パセリ もやし・しめじ グレープフルーツ マッシュルーム	531						

いまばりし がつこう きゅうしよくせつしゆきじゆん もと しんたいしさいそく  
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  
さくせい きゅうしよくていきよう まいにち えいようか ねんせい しよぶん りよう きさい  
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。

ざいりよう 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。