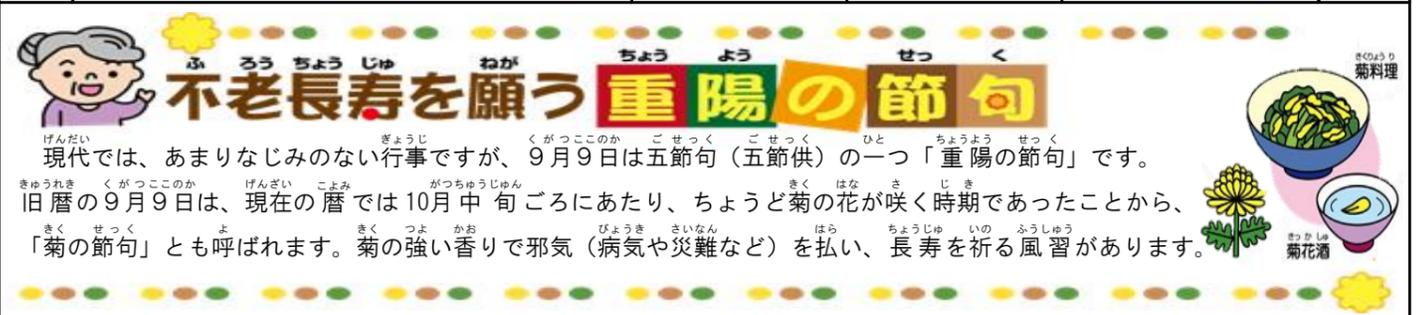


日(曜)	こんだてめい	あかい	きいろ	みどりいろ	栄養価	日(曜)	こんだてめい	あかい	きいろ	みどりいろ	栄養価
1	ごはん、はるさめサラダ、ひじきはるまき、ちゅうか、コーンスープ	ちやくやほねになるもの	はたらくちからやたいおんになるもの	からだのちょうしをとのえるもの	上:小学生 下:中学生	17	クリスピーチキン、あおじそドレッシングサラダ、フルーツジュレ、コッペパン	ちやくやほねになるもの	はたらくちからやたいおんになるもの	からだのちょうしをとのえるもの	上:小学生 下:中学生
(月)					759	(水)					568 698
2	セルフわかめおにぎり、アセロラゼリー、かんぶつ、たつぱりぼうさい、とんじる	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	かんびょう	560	18	むぎごはん、じゃがいものすのもの、メルルーサのぶたキムチ、かぼちゃマヨネーズやき	ぎゅうにゅう	こめ・むぎ	こんにやく	633 785
(火)					724	(木)					
3	とりにくと、なすのなんばんづけ、フルーツ、しらたま、ワンタン、スープ	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	キャベツ・たまねぎ	623	19	チーズとえだまめのコロッケ、ひじきのごまマヨネーズ、あえ、マヨネーズ、ジュリエンス、スープ	ぎゅうにゅう	パン・こむぎ	えだまめ	670 812
(水)					750	(金)					
4	むぎごはん、いとかんてんのサラダ、あじのガーリックパンこやき、ドライカレー	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	かぼちゃ・キャベツ	627	22	ごはん、しらすあえ、レバーとかぼちゃのあまからあげ、はっほうさい	ぎゅうにゅう	こめ・こむぎ	さやいんげん	609 788
(木)					808	(月)					
5	どうにゅうのキャッシュ、こんぶ、サラダ、ポーク、ビーンズ	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	かぼちゃ・キャベツ	655	24	しゃきしゃきハンバーグ、とうふ、サラダ、とうがん、スープ	ぎゅうにゅう	パン・パン	きゅうり	545 675
(金)					819	(水)					
8	げんりょう、ごはん、ささみとえだまめのかきあげ、ひやしうめ、うどん	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	えだまめ	596	25	ごはん、のりずあえ、れんこんとエソのつくねあげ	ぎゅうにゅう	こめ・パン	かぼちゃ	591 763
(月)					721	(木)					
9	ちゅうやう、重陽の節句、しめじのごまあえ、きかむし、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	こんにやく	621	26	きりほしだいごんのたまごやき、しょうゆ、フレンチ、なすの、ミートスパゲティ	ぎゅうにゅう	パン・スパゲティ	キャベツ	642 799
(火)					804	(金)					
10	れいとう、パイ、ぎゅうにくと、ピーマンの、いためもの、ちゅうか、ふう、もずく、スープ	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	キャベツ	666	29	ごはん、コーン、サラダ、ポテトの、かにクリームやき、あきの、ミネストローネ	ぎゅうにゅう	こめ・こむぎ	かぼちゃ	590 765
(水)					671	(月)					
11	うめおかかあえ、あげだしょうふの、きのこあんかけ、もちむぎ、いり、マーボー、なす	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	キャベツ	608	30	ごはん、ひじきの、ナムル、ヤンニョムチキン、きくらげの、そぼろ、じる	ぎゅうにゅう	こめ・こむぎ	きゅうり	596 773
(木)						(火)					
12	かぼちゃの、グラタン、レンズまめの、サラダ、たまご、スープ、りんご、ジャム	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	かぼちゃ	571	 <p>ふろ、ちよう、じゆ、ねが、ちよう、よ、せつ、く</p> <p>不老長寿を願う重陽の節句</p> <p>現代では、あまりなじみのない行事ですが、9月9日は五節句(五節供)の一つ「重陽の節句」です。</p> <p>旧暦の9月9日は、現在の暦では10月中旬ごろにあたり、ちようど菊の花が咲く時期であったことから、「菊の節句」とも呼ばれます。菊の強い香り(病氣や災難など)を払い、長寿を祈る風習があります。</p>					
(金)					701						
16	かぼちゃの、ナムル、とりにごぼう、てんぷら、ごま、わかめ、スープ	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	かぼちゃ	599						
(火)											

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。

※ おはしは洗って毎日持ってきてください。 ※ 材料の都合により、献立を変更することがあります。 イラスト:学校給食 2023.8月号