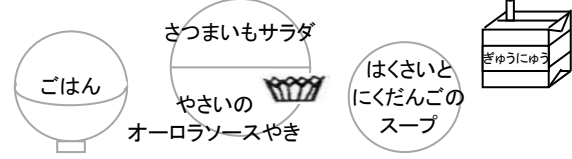
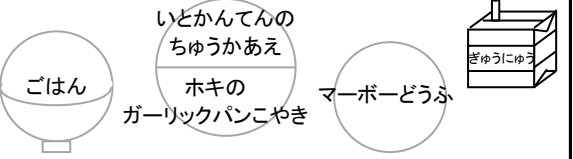
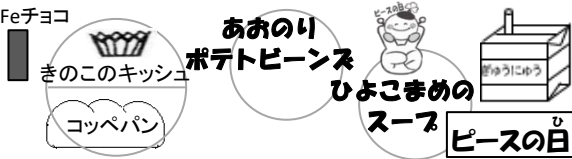
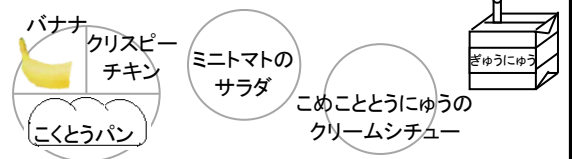
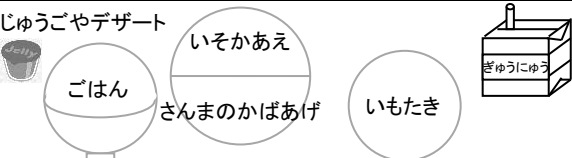
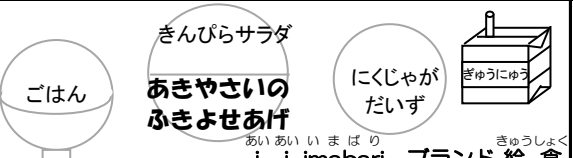
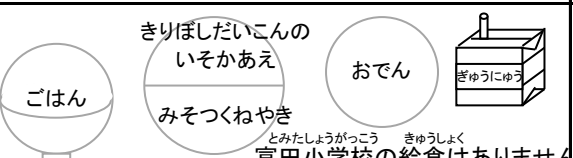
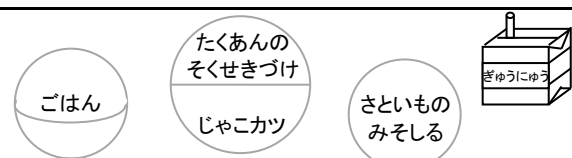
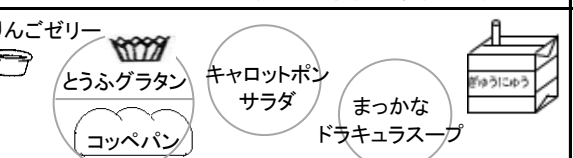
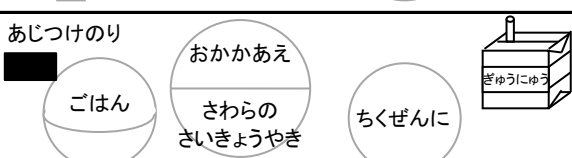
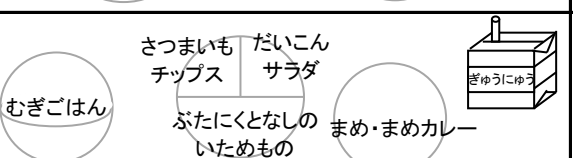
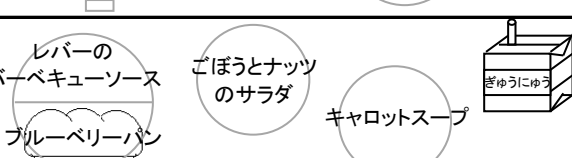
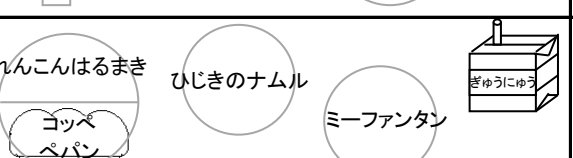
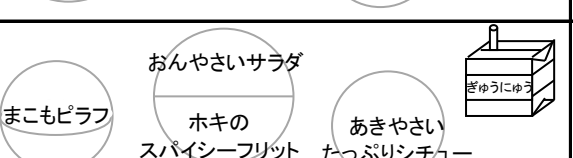
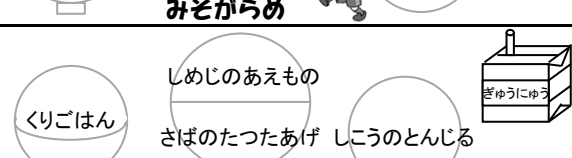
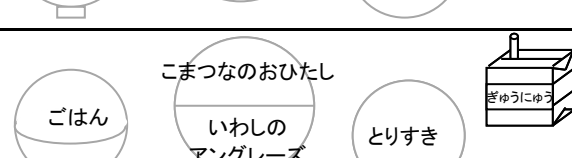
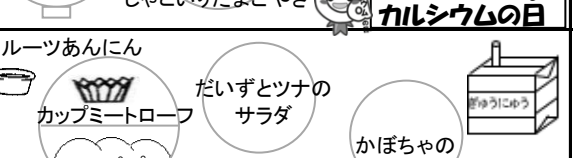
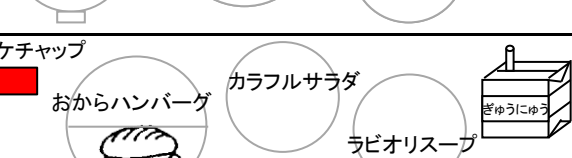
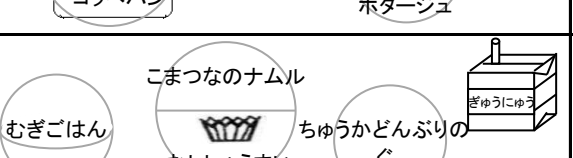


令和7年

10 月分 学校給食献立表 (22回)

今治市立清水調理場
(清水小・富田小)

日 (曜)	こ ん だ て め い	き い ろ	あ か い ろ	み ど り い ろ	栄養価 エネルギー kcal	日 (曜)	こ ん だ て め い	き い ろ	あ か い ろ	み ど り い ろ	栄養価 エネルギー kcal
1 (水)		こめ・パンこ さつまいも はるさめ・さとう こめあぶら マヨネーズ	ぎゅうにゅう とりにく・チーズ にくだんご (ガラスープ)	かぼちゃ・きゅうり たまねぎ・とうもろこし なす・ねぎ・はくさい ピーマン・ブロッコリー レタス・しめじ	578	17 (金)		こめ・パンこ でんぶん・さとう ごまあぶら こめあぶら・バター	ぎゅうにゅう とうふ・レンズマめ かんてん・ホキ ちゅうかくらげ ぶたにく・みそ ぶたレバー	きゅうり・たけのこ たまねぎ・にんじん ねぎ・パセリ・もやし ほししいたけ・しょうが にんにく	659
2 (木)		パン・じゃがいも こめあぶら・バター チョコレートクリーム	ぎゅうにゅう しろいんげんまめ だいず・ひよこまめ あおのりこ・たまご ぶたにく・とりにく なまクリーム (ガラスープ)	キャベツ・たまねぎ にんじん・パセリ えのきだけ ほししいたけ・しめじ	573	20 (月)		こくとうパン・さとう こむぎこ・こめこ コーンフレーク さとも・こめあぶら オリーブオイル マヨネーズ	ぎゅうにゅう だいず・とうにゅう とりにく	キャベツ・きゅうり たまねぎ・とうもろこし ミニトマト・しろねぎ れんこん・パナナ レモン・しいたけ	619
3 (金)		こめ・もち さとも・でんぶん さとう・ごま こめあぶら おつきみゼリー	ぎゅうにゅう あつあげ・のり さんま・とりにく (けずりぶし)	こんにやく・キャベツ こまつな・にんじん しろねぎ・もやし ほししいたけ	685	21 (火)		こめ・こむぎこ こめこ・さつまいも じゃがいも・さとう ごま オリーブオイル こめあぶら	ぎゅうにゅう だいず・ぶたにく ロースハム とりにく・たまご	さやいんげん・ごぼう こまつな・たまねぎ とうもろこし・にんじん ねぎ・れんこん ほししいたけ・しいたけ	660
6 (月)		こむぎこ・パン パンこ・さつまいも じゃがいも・さとう オリーブオイル こめあぶら バター	ぎゅうにゅう しろいんげんまめ とうにゅう・さけ ぎゅうにゅう チーズ (ガラスープ)	キャベツ・だいこん たまねぎ・とうもろこし トマト・にんじん パセリ・レタス・りんご れんこん・ほししいたけ	571	22 (水)		こめ・パンこ じゃがいも・さとう ごま	ぎゅうにゅう おから・ちくわ てんぷら・とりにく ぎゅうにゅう・たまご うずらたまご みそ・のり (こんぶ) (けずりぶし)	こんにやく きゅうり・こまつな だいこん・たまねぎ きりぼしだいこん にんじん・しょうが	574
7 (火)		こめ・パンこ さとも・さとう こめあぶら	ぎゅうにゅう あぶらあげ・わかめ しらすぼし えそすりみ・たこ たまご・みそ (にぼし)	キャベツ・きゅうり ごぼう・たくあんづけ たまねぎ・にんじん ねぎ・はくさい えのきだけ・しょうが	564	23 (木)		パン・こむぎこ マカロニ・さとう アーモンド オリーブオイル こめあぶら・バター	ぎゅうにゅう だいず・とうふ とうにゅう・アガー ぶたにく・ベーコン チーズ (ガラスープ)	えだまめ・こまつな たまねぎ・トマト・ピーツ にんじん・はくさい あかピーマン・にんにく オレンジジュース・レモン レーズン・マッシュルーム りんごジュース	591
8 (水)		こめ・じゃがいも さとう・こめあぶら	ぎゅうにゅう あつあげ あじつけのり かつおぶし・さわら とりにく・みそ	こんにやく・ごぼう さやいんげん・こまつな たけのこ・にんじん しろねぎ・はくさい もやし・れんこん しょうが	585	24 (金)		こめ・むぎ・ごま でんぶん・はちみつ さつまいも・さとう じゃがいも こめあぶら カレー カレー	ぎゅうにゅう しろいんげんまめ きんときまめ・わかめ こうやどうふ ひよこまめ・ぶたにく まぐろあぶらづけ とりにく	えだまめ・だいこん たまねぎ・にんじん なし・レモン・しめじ ほししいたけ・しょうが にんにく	656
9 (木)		パン・アーモンド じょうしんこ じゃがいも・さとう でんぶん・バター こむぎこ・ごまあぶら こめあぶら	ぎゅうにゅう しろいんげんまめ とうにゅう・ひじき ぶたレバー ベーコン	きゅうり・ごぼう たまねぎ・にんじん パセリ・りんごソース レモン・ブルーベリー しょうが	618	27 (月)		パン こむぎこ・でんぶん はるまきのかわ・ごま ビーフン・でんぶん さとう・ごまあぶら こめあぶら	ぎゅうにゅう だいず・ひじき ぶたにく うずらたまご チーズ (ガラスープ)	こまつな・だいこん たまねぎ・チンゲンサイ とうもろこし・にんじん れんこん・ほししいたけ	571
10 (金)		こめ・こむぎこ こめこ・さつまいも じゃがいも・さとう ごま・こめあぶら	ぎゅうにゅう あつあげ ぶたにく とりにく みそ	こんにやく・えだまめ みずな・ごぼう たまねぎ・なす にんじん・しろねぎ ほうれんそう・もやし しめじ・しいたけ	619	28 (火)		こめ・さつまいも こむぎこ・ごま さとう・こめあぶら バター・でんぶん じゃがいも オリーブオイル	ぎゅうにゅう ホキ・ぶたにく とりにく うずらたまご (ガラスープ)	かぼちゃ・だいこん たまねぎ・とうもろこし にんじん・パセリ ブロッコリー・れんこん まこもたけ・しめじ エリンギ・にんにく	643
14 (火)		こめ・こむぎこ もちこめ・でんぶん さとう・くり・ごま ごまあぶら こめあぶら	ぎゅうにゅう あつあげ・さば ぶたにく・みそ (こんぶ)	こんにやく・キャベツ ごぼう・こまつな だいこん・にんじん しろねぎ・ねぎ・もやし ほししいたけ・しめじ しょうが・にんにく	607	29 (水)		こめ・じゃがいも さとう・ごま アーモンド ごまあぶら こめあぶら	ぎゅうにゅう あつあげ・こんぶ ひじき・しらすぼし かつおぶし・ちくわ ぶたにく・たまご みそ・(けずりぶし)	さやいんげん・きゅうり ごぼう・にんじん・ねぎ レモン・ほししいたけ しめじ・しょうが	633
15 (水)		こめ・こむぎこ・ふ パンこ・でんぶん さとう・ごま こめあぶら	ぎゅうにゅう とうふ いわし・かつおぶし とりにく	こんにやく・かんぴょう キャベツ・きゅうり こまつな・たまねぎ しろねぎ・はくさい えのきだけ・しょうが ほししいたけ	572	30 (木)		パン・パンこ じょうしんこ さとう・こめあぶら オリーブオイル バター あんにんどうふ	ぎゅうにゅう しろいんげんまめ だいず・とうふ とうにゅう・たまご まぐろぶらづけ ぶたにく・ベーコン とりにく	かぼちゃ・キャベツ たまねぎ・にんじん パセリ・レタス みかんかん・レモン	664
16 (木)		パン・パンこ さとう オリーブオイル こめあぶら	ぎゅうにゅう しろいんげんまめ だいず・おから ひじき・ぎゅうにゅう ぶたにく・たまご ラビオリ・(ガラスープ)	キャベツ・きゅうり こまつな・たまねぎ とうもろこし・にんじん ミニトマト・はくさい パセリ・レタス・しめじ	578	31 (金)		こめ・むぎ・でんぶん ぎょうざのかわ さとう・ごま ごまあぶら こめあぶら	ぎゅうにゅう えび いか・ぶたにく とりにく うずらたまご	グリーンピース・キャベツ こまつな・たけのこ たまねぎ・チンゲンサイ にんじん・はくさい きくらげ・しめじ しょうが	635



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。

※ 材料の都合により、献立を変更することがあります。