

日 (曜)	こ ん だ て め い	あ か い ろ ちやにくやほねに なるもの	き い ろ はたらくちからや たいおんになるもの	み ど り い ろ からだのちょうしを ととのえるもの	栄養価 kcal	日 (曜)	こ ん だ て め い	あ か い ろ ちやにくやほねに なるもの	き い ろ はたらくちからや たいおんになるもの	み ど り い ろ からだのちょうしを ととのえるもの	栄養価 kcal
2026年 令和8年 8 (木)	ホキの ガーリックマトソース グリーンサラダ コッペパン あったかはるのななくさ なごみスープ	ぎゅうにゅう とうふ・ホキ とりにく・(にぼし)	パン・でんぷん さんおんとう オリーブオイル	キャベツ・きゅうり はるのななくさ・だいこん たまねぎ・トマト トマトかん・にんじん レタス・ほししいたけ しょうが・にんにく	512	26 (月)	ジビエ コロケ コッペパン い〜よかんサラダ ふゆやさいの シチュー じもと 地元ジビエ流通支援事業	ぎゅうにゅう いのししひきにく とりにく・たまご (ガラスープ)	こむぎこ・パン パンこ・こめこ じゃがいも さんおんとう こめあぶら・バター	キャベツ・たまねぎ にんじん・はくさい ブロッコリー・レタス いよかん・みかんジュース しめじ	657
9 (金)	しょうがつこんだて お正月献立 ごはん こうはく なます たづくり まつかぜやき しらたまごうに	ぎゅうにゅう だいず・あぶらあげ あおのりこ・かえりいりこ しらすほし・あかいた とりにく・とりひきにく たまご・みそ (にぼし)	パンこ・こめ しらたまもち・さとう さんおんとう・ごま	だいこん・たまねぎ にんじん・はくさい れんこん・ほししいたけ しょうが	590	27 (火)	たいめし ひのかぶあえ みそつくねやき よしのじる	ぎゅうにゅう とうふ・からあげ たい・とりひきにく とりささみ・たまご みそ・(こんぶ) (かつおぶし)	パンこ・こめ でんぷん・さとう さんおんとう すりごま	ひのかぶらづけ・たまねぎ にんじん・ねぎ・はくさい ほうれんそう・えのきだけ しょうが	558
13 (火)	ごはん いとかんてんの すのもの ホキの マッシュポテトやき やさいたつぶり みそしる	ぎゅうにゅう とうふ・とうにゅう かんてん・ホキ とりにく・みそ (にぼし)	こめ・じゃがいも さとう・ごま マヨネーズ	キャベツ・きゅうり ごぼう・たまねぎ にんじん・ねぎ・パセリ もやし	531	28 (水)	ごはん はくさいの おかかあえ せんざんき すましじる	ぎゅうにゅう とうふ・わかめ かつおぶし・すまき とりにく (こんぶ) (かつおぶし)	こめ・でんぷん さとう・こめあぶら	きゅうり・にんじん・ねぎ はくさい・ほうれんそう えのきだけ・ほししいたけ しょうが	594
14 (水)	もやしの ナムル フルーツ カクテル むぎごはん ごもくたまごやき ちゅうか どんぶり かけてたべてね!	ぎゅうにゅう えび・いか・ぶたにく とりひきにく うずらたまご たまご (かつおぶし)	むぎ・こめ・でんぷん さとう・さんおんとう ごま・ごまあぶら こめあぶら カクテルゼリー ナタデココ	キャベツ・たけのこ たまねぎ・チンゲンサイ とうもろこし・にんじん ねぎ・はくさい・もやし みかんかん・パインかん レモン・きくらげ ほししいたけ・しょうが	620	29 (木)	ハニーレモン フライドチキン コッペパン チーズのサラダ いまばりさん いちごジャム つけてたべてね!	ぎゅうにゅう かにかまぼこ ぶたにく・とりにく たまご・チーズ (ガラスープ)	パン・こめこ でんぷん さんおんとう はちみつ いちごジャム こめあぶら	かぶ・キャベツ・こまつな たまねぎ・はくさい ほうれんそう・レモン ほししいたけ・しょうが	587
15 (木)	チキンカツ レモンパン ほねぶと サラダ ミート スパゲティー カルシウムの日	ぎゅうにゅう だいたず・ひじき しらすほし まぐろあぶらづけ ぎゅうひきにく ぶたひきにく とりにく・たまご	こむぎこ・パン スパゲティー・パンこ さとう・レモンビール オリーブオイル こめあぶら	キャベツ・こまつな たまねぎ・にんじん ピーマン・マッシュルーム トマトピューレ・にんにく	707	30 (金)	ごはん のまたくあん のそくせきづけ ひじきの たまごやき とんじる	ぎゅうにゅう ひじき・ぶたにく とりひきにく たまご・みそ (かつおぶし)	こめ・さとう こめあぶら マヨネーズ	こんにやく・キャベツ きゅうり・ごぼう こまつな・だいこん たくあんづけ・たまねぎ にんじん・ねぎ えのきだけ	508
16 (金)	ごはん あまずあえ ぶりの てりやき じゃがいもの うまに	ぎゅうにゅう あぶらあげ・ぶり てんぷら・ぶたにく (にぼし)	こめ・じゃがいも さとう・さんおんとう すりごま・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・たまねぎ にんじん・ほししいたけ しょうが	587	★ い〜よかんサラダ (26日) ★ 給食の献立紹介 きゅうりよく こんだて しょうかい 今年度は旬を生かした献立を紹介します。					
19 (月)	ホキの レモンソースかけ コッペパン さつまいもの サラダ はくさいと にくだんごのスープ	ぎゅうにゅう ホキ・にくだんご (ガラスープ)	こむぎこ・パン さつまいも・でんぷん はるさめ・さとう さんおんとう ごまあぶら こめあぶら	きゅうり・たまねぎ とうもろこし・にんじん はくさい・レタス レモン・しめじ しょうが	579	減塩ポイント! 伊予柑とみかんジュースの甘味と酸味、 米粉でつけたとろみの効果で、少量の ドレッシングでも野菜となじみます。					
20 (火)	きりぼしだいこんの ごまあえ とりにくの スタミナやき ほうとう FC今治コラボ給食	ぎゅうにゅう あぶらあげ・ちくわ とりにく・みそ (にぼし) (かつおぶし)	うどん・こめ さんおんとう・ごま すりごま・ごまあぶら	こんにやく・かぼちゃ きゅうり・こまつな だいこん・にんじん きりぼしだいこん ねぎ・ほししいたけ にんにく	516	【旬の食材】 いよかん ブロッコリー					
21 (水)	ごはん いそかあえ もずくの かきあげ よせなべ	ぎゅうにゅう とうふ・のり もずく・ホキ とりにく・たまご (こんぶ)	こむぎこ・こめ でんぷん・さとう こめあぶら	キャベツ・ごぼう こまつな・だいこん たまねぎ・にんじん しろねぎ・はくさい ほうれんそう・もやし しいたけ	567	一緒にクッキング♪ いよかんの皮むきは、ぜひ、お子様と一緒にどうぞ。 小・中学生のみなさん、お手伝いの出番ですよ!					
22 (木)	いちごのプルプル ブラマンジェ プロッコリーの サラダ とらめめと とりにくの トマトに ピースの日	ぎゅうにゅう とらめめ・アガー とりにく なまクリーム	パン・こめこ じゃがいも・でんぷん さとう・さんおんとう アーモンド・ごま すりごま・こめあぶら オリーブオイル バター	きゅうり・たまねぎ とうもろこし・トマトかん にんじん・パセリ・ブロッコリー レタス・いちご・レモン マッシュルーム トマトピューレ・しょうが にんにく	731	※ 材料の都合により、献立を変更することがあります。					
23 (金)	むぎごはん こまつなサラダ きんぴらエッグ チキンカレー かけてたべてね! 有機野菜を使ったカレー	ぎゅうにゅう ひじき・とりにく とりひきにく・たまご	むぎ・こめ じゃがいも・さとう こめあぶら こめあぶら カレールーウ	キャベツ・きゅうり こまつな・たまねぎ にんじん・れんこん レモン・しょうが にんにく	566	〇のついてる日はスプーンがつく日です。					

