

日 (曜)	こんだてめい	あかいろ	きいろ	みどりいろ	栄養価	日 (曜)	こんだてめい	あかいろ	きいろ	みどりいろ	栄養価	
2 (月)	ミートエッグ カップ コッペパン	からしあえ こうやうふの クリームに	ちやにくやほねに 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	599	18 (水)	IMABARI ORGANIC さつまいも おむすびの キムチ あえ さけの チャンチャンやき ゆうきまいごはん	ぎゅうにゅう だいす・とりにく こうやうふ あいびきにく ロースハム・たまご だっしんふにゅう (ガラスープ)	さやいんげん・キャベツ きゅうり・みずな たまねぎ・コーンかん にんじん・パセリ エリンギ	18 599	603
3 (火)	ちゅうかふ サラダ いわしの ごまフライ	ふくふく まめ しせん にくじやが	ぎゅうにゅう だいす・とくに こうやうふ あいびきにく ロースハム・たまご だっしんふにゅう (ガラスープ)	こむぎこ・パン こめ・じゃがいも さとう・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・たまねぎ にんじん・ほうれんそう もやし・きくらげ	713	19 (木)	だいすとごぼうの あまからあげ コールスロー サラダ みそ ラーメン	ぎゅうにゅう さとう・ごま ごまあぶら こめあぶら	こむぎこ・パン ローストだいす わかめ・ぶたにく みそ	626	
4 (水)	むぎ ごはん	こまつな サラダ とうふの タルタルやき	ぎゅうにゅう だいす・とくに ロースハム・みそ (ガラスープ) たまご	むぎ・こめ でんぶん・さとう コーンスターク マロニー・ごま ごまあぶら こめあぶら マヨネーズ	こまつな・だいこん たまねぎ・にんじん ねぎ・ピーマン ごまあぶら こめあぶら マヨネーズ	587	20 (金)	かいそう サラダ ポテト オムレツ ビーンズ キーマカレー かけてたべましょう	ぎゅうにゅう だいす・とくに ロースハム・みそ ビーフ・ピーマン トマト・オムレツ マヨネーズ	むぎ・こめ じゃがいも さとう オリーブオイル ごまあぶら マヨネーズ	660	
5 (木)	さけと カリフラワー のチーズやき いよ かん コッペパン	フレンチ サラダ ポーク ビーンズ	ぎゅうにゅう だいす・とくに ぶたにく・チーズ	パン・じゃがいも さとう オリーブオイル ごまあぶら マヨネーズ	カリフラワー・キャベツ きゅうり・たまねぎ とうもろこし・にんじん バセリ・ブロッコリー レタス・いよかん エリンギ・にんにく トマトピューレ	608	24 (火)	ごはん スパゲティ サラダ きびなご いそべあげ いもたき FC IMABARI	ぎゅうにゅう あつあげ・きびなご あおのりこ (にぼし)・たまご ロースハム とりにく	こむぎこ スパゲティ・こめ さといも・さとう さんおんとう オリーブオイル ごまあぶら マヨネーズ	631	
6 (金)	じやこの ごま ぶりかけ とりにくのからあげ すだちふうみ	ぶたじる	ぎゅうにゅう とうふ・のり (にぼし)・みそ しらすぼし ぶたにく とりにく	こめ・さつまいも でんぶん・さとう ごま・こめあぶら	キャベツ・ごぼう こまつな・にんじん ねぎ・はくさい・もやし すだち	668	25 (水)	れんこんの しおレモンきんぴら とうふの やまいもチーズやき かきたま じる	ぎゅうにゅう とうふ・ひじき かつおぶし (けずりぶし) とりにく・たまご チーズ	こめ・ながいも でんぶん・さとう オリーブオイル	571	
9 (月)	さといも グラタン アップルパン	わふう だいこん サラダ うみのさち スープ	コーヒーぎゅうにゅう のもと	こむぎこ・パン パンこ・さといも でんぶん・さとう コーヒーぎゅうにゅう のもと ベーコン・チーズ (ガラスープ)	かんぴょう・キャベツ きゅうり・セロリ だいこん・たまねぎ ミニトマト・しめじ トマトジュース にんじん・バセリ	654	2月は「省エネルギー月間」です！	かづ かん しょく げっかん かん きょう やさ しょく せい かつ め さ	かん きょう やさ しょく せい かつ め さ	かん きょう やさ しょく せい かつ め さ	かん きょう やさ しょく せい かつ め さ	
10 (火)	ごはん たかん あえ ペイ レバーの バーベキュースース	だいすの いそに	ぎゅうにゅう だいす きくわかめ かつおぶし てんぷら ぶたレバー とりにく	こめ・さとう こめあぶら	こにやく・ごぼう さやいんげん・きゅうり こまつな・たくあんづけ にんじん・もやし りんご・レモン かんぺい	620	かづ かん しょく げっかん かん きょう やさ しょく せい かつ め さ	かづ かん しょく げっかん かん きょう やさ しょく せい かつ め さ	かづ かん しょく げっかん かん きょう やさ しょく せい かつ め さ	かづ かん しょく げっかん かん きょう やさ しょく せい かつ め さ		
12 (木)	チリ とんかつ サルサふう ドレッシング サラダ カルド・元 ボジョ バーガーパン	保存	ぎゅうにゅう だいす ぶたにく とりにく	こむぎこ・パン パンこ・じゃがいも オリーブオイル こめあぶら	旬のもの、地域で とれたものを選ぶ。 いえ 家にある食材を確認し、 使い切れる分だけ買う。 かづ かん しょく げっかん かん きょう やさ しょく せい かつ め さ	621	かづ かん しょく げっかん かん きょう やさ しょく せい かつ め さ	かづ かん しょく げっかん かん きょう やさ しょく せい かつ め さ	かづ かん しょく げっかん かん きょう やさ しょく せい かつ め さ	かづ かん しょく げっかん かん きょう やさ しょく せい かつ め さ		
13 (金)	ノンエッグマヨ だいこん サラダ ぶりの てりやき ぶりの いために	ごはん	ぎゅうにゅう ぶり まぐろあぶらづけ ぶたにく	こめ・さとう さんおんとう ごまあぶら プリンのもと マヨネーズ	かづ かん しょく げっかん かん きょう やさ しょく せい かつ め さ	707	かづ かん しょく げっかん かん きょう やさ しょく せい かつ め さ	かづ かん しょく げっかん かん きょう やさ しょく せい かつ め さ	かづ かん しょく げっかん かん きょう やさ しょく せい かつ め さ	かづ かん しょく げっかん かん きょう やさ しょく せい かつ め さ		
16 (月)	まめたま アーモンド いりこ じゃがいもの ちゅうかあえ コッペパン	わかめ スープ	ぎゅうにゅう きんときまめ あおのりこ・たまご わかめ・ロースハム かえりいりこ ぶたにく・けずりこ とりささみ	こむぎこ・パン じゃがいも ながいも・さとう アーモンド ごまあぶら こめあぶら	かづ かん しょく げっかん かん きょう やさ しょく せい かつ め さ	599	かづ かん しょく げっかん かん きょう やさ しょく せい かつ め さ	かづ かん しょく げっかん かん きょう やさ しょく せい かつ め さ	かづ かん しょく げっかん かん きょう やさ しょく せい かつ め さ	かづ かん しょく げっかん かん きょう やさ しょく せい かつ め さ		
17 (火)	ごはん しょうゆ ドレッシング サラダ じゃこカツ	すきやき	ぎゅうにゅう だいす えび やきどうふ わかめ・たまご えそりみ ぎゅうにく	こむぎこ・パン こめ・でんぶん さとう・ごま オリーブオイル こめあぶら	かづ かん しょく げっかん かん きょう やさ しょく せい かつ め さ	685	かづ かん しょく げっかん かん きょう やさ しょく せい かつ め さ	かづ かん しょく げっかん かん きょう やさ しょく せい かつ め さ	かづ かん しょく げっかん かん きょう やさ しょく せい かつ め さ	かづ かん しょく げっかん かん きょう やさ しょく せい かつ め さ		

引用:「学校給食2026.1」

※日付に○印がついている時は、スプーンがつきますが、  
はし  
まいにち  
も  
箸は毎日持ってきましょう。

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。

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。

