

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																							
2	大三島小学校6年生 リクエスト献立	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とのえるもの	上:小学生 下:中学生	17	さかなの ごまネーズやき いちごの プラマンジェ クリーム シチュー	ぎゅうにゅう・アガー とうにゅう・ホキ ぶたにく・とり なまクリーム	こめパン・こめこ むぎこ・じゃがいも さんおんとう・さとう ごま・ごまあぶら こめあぶら・バター マヨネーズ	きゅうり・たまねぎ トマト・にんじん・ねぎ ブロッコリー・レタス いちご・レモン しょうが	686 852																							
3		上浦小学校6年生 リクエスト献立	ぎゅうにゅう・とうふ ひじき・ロースハム まぐろあぶらづけ ぶたにく・みそ ぶたレバー	こめ・じゃがいも こむぎこ・でんぶ はるまきのかわ さんおんとう ごまあぶら・あぶら ショコラケーキ マヨネーズ	キャベツ・きゅうり たけのこ・たまねぎ とうもろこし・にんじん ねぎ・ほししいたけ しょうが・にんにく	18	ごはん かりかりじゃこの サラダ きびなご あおのりあげ ぶたキムチ スープ	ぎゅうにゅう・とうふ あおのり・しらすぼし きびなご・ぶたにく (ガラスープ)	こめ・でんぶ こむぎこ・さとう さんおんとう オリーブオイル こめあぶら なたねあぶら	きゅうり・こまつな たまねぎ・にら・キムチ にんじん・はくさい レタス・レモン・しめじ しょうが・にんにく	610 747																							
4	大三島中学校3年生 リクエスト献立		ぎゅうにゅう・とうふ あおのり・わかめ さきいか・ちくわ ぶたにく・たまご みそ・(にぼし)	こめ・さといも こむぎこ・アーモンド さんおんとう ごまあぶら こめあぶら やきプリンタルト	こんにやく・キャベツ きゅうり・ごぼう こまつな・だいこん にんじん・しろねぎ	19	カルシウムの日 ごはん ミモザサラダ ひじき ハンバーグ のっぺいじ	ぎゅうにゅう・だいず ひじき・ぶたにく とうもろこし・たまご チーズ (けずりぶし)	こめ・じゃがいも パンこ・でんぶ さんおんとう オリーブオイル こめあぶら	こんにやく・キャベツ きゅうり・だいこん さんおんとう しろねぎ・ブロッコリー レモン・しいたけ しょうが	604 743																							
5		木	ごはん チョコレギ サラダ チーズ タッカルビ ほたてと はくさいの スープ	ぎゅうにゅう・のり わかめ・ベーコン ほたてかいばしら とりにく・チーズ みそ	キャベツ・きゅうり 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・レタス サニーレタス・きくらげ しょうが	23	むぎごはん レモンジンジャー ドレッシングサラダ チキンカツ たまご どんぶり	ぎゅうにゅう・たまご とりにく・(にぼし)	こめ・むぎ・パンこ こむぎこ・さとう はちみつ オリーブオイル こめあぶら	キャベツ・こまつな たまねぎ・ミニトマト にんじん・ねぎ レモン・しょうが	668 818																							
6	金		ごはん かんぴょうの ごまあえ さかなの なたねやき じゃがいもの そぼろに	ぎゅうにゅう・ホキ とうにゅう・たまご ぶたにく	こんにやく・かんぴょう グリーンピース・パセリ たまねぎ・にんじん ほうれんそう	24	iiimabari フランド給食 カラフル サラダ むぎごはん はるキャベツの フリッター かんきつかおる チキンカレー	ぎゅうにゅう・たまご とうにゅう・とり にんにく・しょうが だっしふんにゅう	こめ・むぎ・さとう じゃがいも みかんジャム オリーブオイル こめあぶら カレールウ	キャベツ・きゅうり たまねぎ・トマト にんじん・ピーマン きいろピーマン しょうが にんにく ほうれんそう	614 745																							
9		月	むぎごはん はるさめ サラダ 豚の しょうがやき このは どんぶり	ぎゅうにゅう・たまご あぶらあげ・ぶたにく なるとまき ロースハム (にぼし)	キャベツ・きゅうり たまねぎ・にんじん しろねぎ・みつば ほししいたけ・しょうが ごまあぶら	<p>今年度は、旬を生かした献立を紹介します。【旬の食材:菜の花】</p> <p>★ 菜の花ご飯 (10日) ★</p> <p>きゅうりよく こんだて しょうかい 給食の献立紹介</p> <p>ぎいりょう こめ ごうぶん ＜材料 米2合分＞</p> <table border="0"> <tr> <td>こめ</td> <td>2合</td> <td>けいらん</td> <td>1個</td> </tr> <tr> <td>だし昆布</td> <td>少々</td> <td>あぶら</td> <td>少々</td> </tr> <tr> <td>A 酒</td> <td>小さじ1</td> <td>顆粒和風だし</td> <td>1g</td> </tr> <tr> <td>しょうゆ</td> <td>1g</td> <td>B みず</td> <td>おお 大さじ1</td> </tr> <tr> <td>なほな</td> <td>60g</td> <td>しょうゆ</td> <td>少々</td> </tr> <tr> <td>菜の花</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table> <p>うすくちしょうゆ 小さじ1</p> <p>卒業式 修了式</p> <p>きゅうりよく まな 給食から、どんなことを学びましたか?</p> <p>引用:「いらすとや」 学校給食2024年2月号</p>						こめ	2合	けいらん	1個	だし昆布	少々	あぶら	少々	A 酒	小さじ1	顆粒和風だし	1g	しょうゆ	1g	B みず	おお 大さじ1	なほな	60g	しょうゆ	少々	菜の花		
こめ	2合		けいらん	1個																														
だし昆布	少々	あぶら	少々																															
A 酒	小さじ1	顆粒和風だし	1g																															
しょうゆ	1g	B みず	おお 大さじ1																															
なほな	60g	しょうゆ	少々																															
菜の花																																		
10	火	なのはな ごはん そくせきづけ さかなの さいきょうやき すましじる	ぎゅうにゅう・とうふ わかめ・かつおぶし さわら・なるとまき みそ・(けずりぶし) たまご・(こんぶ)	キャベツ・たくあんづけ なのはな・にんじん しろねぎ・しょうが ほうれんそう・ねぎ えのきだけ くだもの	645 789																													
11		水	ひじょうしよく カレー くだもの こんさい サラダ だんごじる	ぎゅうにゅう こうやどうふ ロースハム とりにく (けずりぶし)	かんぴょう・きゅうり こまつな・にんじん きりぼしだいこん しろねぎ・れんこん くだもの・ほししいたけ	573 694																												
12	木		げんりょう ごはん ごまずあえ だいずとひじきの かきあげ にこみうどん	ぎゅうにゅう・だいず あぶらあげ・わかめ ひじき・しらすぼし なるとまき・たまご (こんぶ・にぼし)	こめ・じゃがいも こむぎこ・うどん さとう・ごま さんおんとう ごまあぶら なたねあぶら	567 787																												
13		金	ごはん トマトとひじきの サラダ すぶたふう たまごスープ	ぎゅうにゅう・とうふ ひじき・たまご かにかまぼこ とりレバーたつたあげ (ガラスープ)	こめ・じゃがいも でんぶ・さとう さんおんとう オリーブオイル こめあぶら なたねあぶら	634 775																												
16	月		たこめし だいずとツナの サラダ チキン ステーキ みそけんちん じる	ぎゅうにゅう・だいず とうふ・あぶらあげ まぐろあぶらづけ たこ・とり みそ・(にぼし)	きゅうり・ごぼう だいこん・にんじん ねぎ・レタス・レモン	621 763																												
16		月	ごはん だいずとツナの サラダ チキン ステーキ みそけんちん じる	ぎゅうにゅう・とうふ わかめ・かつおぶし さわら・なるとまき みそ・(けずりぶし) たまご・(こんぶ)	キャベツ・きゅうり 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・レタス サニーレタス・きくらげ しょうが	6229 771																												

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の平均を記載しています。

《給食がない日》
上浦小 6年生のみ24日
大三島小 3日、4日、6年生のみ24日
大三島中 17日、3年生のみ5日～
大三島分校 2日、5日、6日、13日、19日～

※ 材料の都合により、献立を変更することがあります。