

日(曜)	こんだてめい	あかい	きいろ	みどりいろ	栄養価 kcal	日(曜)	こんだてめい	あかい	きいろ	みどりいろ	栄養価 kcal
7 (木)	ラザニア あまなつ サラダ はるさめ スープ コッペパン	ぎゅうにゅう 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	560	22 (金)	レンズまめの サラダ さばの カレーりやき きりぼし だいこんの にもの ごはん ノンエッグマヨ コッペパン	ぎゅうにゅう 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	620
8 (金)	ごはん こうやとうふの ごまあえ かつおの かりんとう ワンタン スープ コッペパン	ぎゅうにゅう ちやくやほねに なるもの	こむぎこ ワンタン・こめ でんぶん・ごま くろざとう さとう・こめあぶら	こんにやく・こまつな たけのこ・チンゲンサイ にんじん・ねぎ はくさい・しめじ しょうが・にんにく	550	26 (火)	ごはん じゃこ ふりかけ のり あえ ポテト キッシュ たんたん スープ コッペパン	ぎゅうにゅう ちやくやほねに なるもの	こめ・じゃがいも はるさめ・さとう ねりごま こめあぶら マヨネーズ	えだまめ・こまつな たまねぎ・チンゲンサイ にんじん・はくさい もやし・しょうが にんにく	571
11 (月)	ポテト チップス とうふ サラダ スパゲティ ナポリタン コッペパン	ぎゅうにゅう ちやくやほねに なるもの	パン・スパゲティ じゃがいも さとう・ごま こめあぶら こめあぶら	きゅうり・たまねぎ トマト・にんじん ピーマン・エリンギ	528	27 (水)	むぎ ごはん マカロニ サラダ レバーの メルウェーに きんぴら ごぼう コッペパン	ぎゅうにゅう ちやくやほねに なるもの	むぎ・マカロニ こめ・でんぶん さとう オリーブオイル こめあぶら マヨネーズ	こんにやく さやいんげん・キャベツ きゅうり・ごぼう にんじん	615
12 (火)	むぎ ごはん しらすあえ コロッケ おやこどん かけてたべましょう	ぎゅうにゅう ちやくやほねに なるもの	むぎ・こむぎこ パンこ・こめ じゃがいも でんぶん・さとう ごま・こめあぶら	こまつな・たまねぎ とうもろこし・にんじん ねぎ・はくさい・もやし	638	28 (木)	ポテト グラタン ピーンズ ごはん コッペパン パイ サラダ ベジタブル スープ	ぎゅうにゅう ちやくやほねに なるもの	こむぎこ・パン じゃがいも くろざとう さとう・ごま オリーブオイル こめあぶら・バター	キャベツ・きゅうり たまねぎ・とうもろこし にんじん・パセリ レタス・パインかん えのきだけ・しめじ	585
13 (水)	ごはん コールスロー サラダ とりへの まめまめあげ わかたけ じる	ぎゅうにゅう ちやくやほねに なるもの	こむぎこ・こめ でんぶん・さとう オリーブオイル こめあぶら マヨネーズ	キャベツ・きゅうり たけのこ・にんじん ねぎ・レタス えのきだけ・しょうが	579	29 (金)	ごはん のりずあえ ちくわの いそべあげ しせん とうふ	ぎゅうにゅう ちやくやほねに なるもの	こむぎこ・こめ でんぶん・さとう こめあぶら	きゅうり・こまつな たけのこ・にんじん はくさい・もやし ほししいたけ	562
14 (木)	ぶたにくの しょうがやき もやしの ナムル アーモンド トースト オニオン スープ	ぎゅうにゅう ちやくやほねに なるもの	パン・さとう アーモンド・ごま こめあぶら こめあぶら マーガリン	キャベツ・こまつな たまねぎ・とうもろこし にんじん・パセリ もやし・しょうが	659	<p><b>新生活の「疲れ」が出ていませんか？</b></p> <p>ゴールデンウィーク明けは緊張感がゆるみ、心や体に疲れがでてくる時期です。 毎日を元気に過ごせるように、食事・睡眠・運動を意識してみましょう。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p><b>食事</b></p> <p>朝・昼・夕の3食 を決まった時間に 食べましょう。</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p><b>睡眠</b></p> <p>早寝・早起きを 心がけましょう。</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p><b>運動</b></p> <p>日中は元気に体を 動かしましょう。</p> </div> </div> <p>引用：学校給食 2026・4</p> <p>選ばれたデザインはみかんジャム及びいちごジャム、みかんゼリーの 容器のシールとして、学校給食で提供します。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>今治市産みかんといちごアピールデザインが決定しました</p> <p>今治市立近見小学校 4年 菅野 友亮さん</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>今治市立日高小学校 2年 小椋 友理さん</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>今治市立朝倉小学校 2年 仲渡 結葉さん</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>今治市立常盤小学校 6年 重松 あかりさん</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>今治市立日吉中学校 1年 矢野 愛琉さん</p> </div> </div> <p>学校名及び学年は現時点で記入させていただいています。</p>					
15 (金)	ごはん ほねぶと サラダ とんべいやき だいずの いそに ii.imabari!ブランド給食	ぎゅうにゅう ちやくやほねに なるもの	こめ・さとう さんおんとう オリーブオイル こめあぶら マヨネーズ	こんにやく さやいんげん・キャベツ ごぼう・こまつな にんじん・ねぎ	545						
18 (月)	キャロットパン しょうゆ ドレッシング サラダ ホワイトゼリー チリコンカン	ぎゅうにゅう ちやくやほねに なるもの	パン・さとう ごま・こめあぶら オリーブオイル	さやいんげん・きゅうり たまねぎ・にんじん にんじんペースト レタス・パインかん エリンギ・にんにく トマトピューレ	570						
19 (火)	ごはん ビーフン サラダ きびなごの カレーあげ とんじゃが	ぎゅうにゅう ちやくやほねに なるもの	こめ・ビーフン じゃがいも でんぶん・さとう さんおんとう ごま・こめあぶら こめあぶら	いとこんにやく さやいんげん・きゅうり たまねぎ・とうもろこし にんじん・しょうが	558						
20 (水)	えんどう ごはん かんぴょう サラダ とうふの ツナマヨやき ぶたじる	ぎゅうにゅう ちやくやほねに なるもの	こめ・さつまいも さとう・ごま こめあぶら こめあぶら マヨネーズ	こんにやく・えんどう かんぴょう・キャベツ きゅうり・ごぼう だいこん・たまねぎ にんじん・ねぎ・パセリ	540						
21 (木)	すごもり たまご コッペパン マリネ サラダ もちむぎと いまばりやさいの ミネストローネ メープルジャム	ぎゅうにゅう ちやくやほねに なるもの	もちむぎ・パン さとう メープルジャム オリーブオイル	キャベツ・きゅうり たまねぎ・とうもろこし トマト・なす・にんじん ほうれんそう・レタス レモン・エリンギ にんにく	570						

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。

※日付に○印がついている時は、スプーンがつきますが、  
※材料の都合により、献立を変更することがあります。  
箸は毎日持ってきてきましょう。