

| 日<br>(曜)  | こ ん だ て め い                                                                | あ か い ろ                                                                      | き い ろ                                                                   | み ど り い ろ                                                                            | 栄養価<br>I・E・F・<br>kcal | 日<br>(曜)  | こ ん だ て め い                                                                             | あ か い ろ                                                                              | き い ろ                                                                                | み ど り い ろ                                                                     | 栄養価<br>I・E・F・<br>kcal |
|-----------|----------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|
| 2<br>(水)  | <b>ピースの日</b><br>プロテイン<br>サラダ<br>ひやし<br>うめうどん<br>りんごジャム                     | ぎゅうにゅう<br>だいや・あぶらあげ<br>(こんぶ)・わかめ<br>(けずりぶし)<br>ローズハム<br>とりにく・チーズ             | パン・うどん<br>さとう・ごま<br>さんおんとう<br>りんごジャム<br>オリーブオイル<br>こめあぶら                | キャベツ・きゅうり<br>しそ・たまねぎ<br>とうもろこし・ねぎ<br>パセリ・ピーマン<br>あかピーマン・ばいにく<br>ほししいたけ<br>マッシュルーム    | 655                   | 17<br>(木) | トマトサラダ<br>むぎごはん<br>とうふの<br>ベーコンチーズやき<br>シーフード<br>カレー                                    | ぎゅうにゅう<br>だいや・わかめ<br>ほうたけ・かいばしら<br>えび・ベーコン<br>とりにく・<br>チーズ                           | むぎ・こめ<br>じゃがいも<br>さんおんとう・ごま<br>オリーブオイル<br>こめあぶら<br>カレー                               | たまねぎ・とうもろこし<br>トマト・にんじん・ねぎ<br>レタス・レモン<br>えのきだけ・しょうが                           | 621                   |
| 3<br>(木)  | だいやと<br>ごきかな<br>サラダ<br>ごはん<br>さばのしょうがやき<br>とうにゅう<br>ぶたじる                   | ぎゅうにゅう<br>だいや・とうにゅう<br>ローストだいや<br>(にぼし)・さば<br>かえりいりこ・みそ<br>かつおぶし<br>ちくわ・ぶたにく | こめ・さとう<br>さんおんとう<br>こめあぶら<br>ドレッシング                                     | かぼちゃ・キャベツ<br>きゅうり・だいや<br>たまねぎ・ねぎ<br>れんこん<br>ほししいたけ<br>しょうが                           | 587                   | 18<br>(金) | ミトミト<br>やき<br>コロケ<br>コッペパン<br>スタミナ<br>サラダ<br>コンソメ<br>スープ                                | ぎゅうにゅう<br>とうにゅう<br>ぶたにく<br>ぶたひきにく<br>ベーコン<br>こなチーズ                                   | パン・パンこ<br>じゃがいも・さとう<br>さんおんとう・ごま<br>ごまあぶら<br>こめあぶら                                   | キャベツ・きゅうり<br>こまつな・たまねぎ<br>ミトミト・にんじん<br>パセリ・あかピーマン<br>きくらげ・しょうが<br>にんにく        | 550                   |
| 4<br>(金)  | あげささみの<br>レモンに<br>やさいの<br>マリネ<br>ぶどう<br>さつまいもパン<br>ひよこまめの<br>スープ           | ぎゅうにゅう<br>ひよこまめ<br>とりにく<br>とりささみ                                             | こむぎこ・パン<br>さつまいも<br>じゃがいも<br>でんぶん<br>さんおんとう<br>オリーブオイル<br>こめあぶら         | キャベツ・きゅうり・しそ<br>たまねぎ・とうもろこし<br>にんじん・パセリ<br>もやし・レタス<br>ぶどう・レモン<br>ほししいたけ              | 563                   | 24<br>(木) | さつまいも<br>ごはん<br>こまつな<br>おひたし<br>さんまの<br>しおやき<br>いもたき                                    | ぎゅうにゅう<br>あつあげ<br>(こんぶ)<br>(にぼし)<br>かつおぶし・さんま<br>ちくわ・とりにく                            | こめ・さつまいも<br>しらたまだんご<br>さといも・でんぶん<br>さとう<br>さんおんとう・ごま                                 | こんにやく・ごぼう<br>こまつな・だいや<br>さといも・にんじん<br>しろねぎ・ほししいたけ                             | 636                   |
| 7<br>(月)  | じゃがいもの<br>ちゅうかあえ<br>かにたま<br>あなかけ<br>ごはん<br>なすいり<br>マーボーどうふ                 | ぎゅうにゅう<br>とうふ・たまご<br>(けずりぶし)<br>かにかまぼこ<br>ぶたひきにく・みそ                          | こめ・じゃがいも<br>でんぶん<br>さんおんとう・ごま<br>オリーブオイル<br>ごまあぶら<br>こめあぶら              | キャベツ・きゅうり<br>たまねぎ・なす<br>にんじん・にんにく<br>ねぎ・ほししいたけ<br>しょうが                               | 635                   | 25<br>(金) | とうにゅうの<br>キッシュ<br>カルシウムの日<br>ひじきの<br>レモンずあえ<br>なすの<br>ミートスパゲティ                          | ぎゅうにゅう・ひじき<br>とうにゅう・ちくわ<br>かえりいりこ・たまご<br>ぶたひきにく・チーズ<br>せらチン・こなチーズ<br>とりにく・<br>なまクリーム | パン・スパゲティ<br>さんおんとう<br>さといも・でんぶん<br>ごまあぶら<br>こめあぶら                                    | きゅうり・こまつな<br>たまねぎ・とうもろこし<br>なす・にんじん・ピーマン<br>あかピーマン・レモン<br>しめじ<br>トマトピューレ・にんにく | 578                   |
| 8<br>(火)  | のりあえ<br>レバーとかぼちゃの<br>あまからあげ<br>ごはん<br>にらたま<br>スープ                          | ぎゅうにゅう<br>とうふ・のり<br>しらすぼし<br>とりレバー<br>たまご<br>(ガラスープ)                         | こむぎこ・こめ<br>でんぶん・さとう<br>さんおんとう<br>はちみつ<br>アーモンド<br>こめあぶら                 | かぼちゃ・きゅうり<br>たまねぎ・つるむらさき<br>にら・にんじん・もやし<br>ほししいたけ・しょうが                               | 565                   | 28<br>(月) | くきわかめの<br>サラダ<br>ごはん<br>チキンチキン<br>ごはん<br>あきの<br>かおりじる                                   | ぎゅうにゅう<br>きゅうにゅう<br>くきわかめ<br>(にぼし)<br>(けずりぶし)<br>ぶたにく・とりにく                           | こめ・さつまいも<br>でんぶん・さとう<br>さんおんとう・ごま<br>オリーブオイル<br>こめあぶら                                | こんにやく・えだまめ<br>きゅうり・ごぼう<br>だいや・なす<br>にんじん・ねぎ・しめじ                               | 578                   |
| 9<br>(水)  | なし<br>きのこの<br>グラタン<br>なましモン<br>ドレッシング<br>サラダ<br>とうがん<br>スープ                | ぎゅうにゅう<br>わかめ・とりにく<br>たまご・チーズ                                                | こむぎこ・パン<br>パンこ・じゃがいも<br>でんぶん・バター<br>さんおんとう<br>オリーブオイル<br>ごまあぶら<br>こめあぶら | キャベツ・しょうが<br>たまねぎ・とうがん<br>とうもろこし・にんじん<br>しろねぎ・パセリ<br>レタス・なし・レモン<br>えのきだけ・しめじ<br>エリンギ | 575                   | 29<br>(火) | きゅうりの<br>すのもの<br>ごはん<br>せとあげ<br>ちくぜんに                                                   | ぎゅうにゅう<br>とうふ・わかめ<br>しらすぼし<br>えそすりみ<br>ちくわ・とりにく<br>たまご                               | こめ・じゃがいも<br>でんぶん・さとう<br>さんおんとう・ごま<br>すりごま<br>こめあぶら                                   | こんにやく・きゅうり<br>さやいんげん・ごぼう<br>だいや・たまねぎ<br>にんじん・れんこん<br>きくらげ                     | 584                   |
| 10<br>(木) | おかかあえ<br>あじの<br>なんばんづけ<br>ごはん<br>きりぼし<br>だいやんと<br>ひじきのものに                  | ぎゅうにゅう<br>あつあげ・ひじき<br>あじ・(にぼし)<br>しらすぼし<br>かつおぶし<br>あかいた<br>とりにく             | こむぎこ・こめ<br>でんぶん<br>さんおんとう<br>こめあぶら                                      | こんにやく・キャベツ<br>さやいんげん・きゅうり<br>ごぼう・こまつな<br>きりぼしだいや<br>たまねぎ・にんじん<br>ねぎ・あかピーマン           | 580                   | 30<br>(水) | きびなごの<br>からあげ<br>ごはん<br>コッペパン<br>i.i.imabari! ブランド給食<br>ももの<br>ヨーグルト<br>レタスの<br>ちゅうかスープ | ぎゅうにゅう<br>あおりのこ・たまご<br>きびなご・とりにく<br>ヨーグルト                                            | こむぎこ・パン・さとう<br>しょうしんこ・でんぶん<br>さつまいも・じゃがいも<br>はちみつ<br>オリーブオイル<br>ごまあぶら<br>こめあぶら・マヨネーズ | かぼちゃ・きゅうり<br>たまねぎ・にんじん<br>パセリ・レタス<br>おうとう・きくらげ                                | 590                   |
| 11<br>(金) | チーズ<br>オムレツ<br>ひじきの<br>ピリから<br>サラダ<br>ポーク<br>ビーンズ<br>コッペパン                 | ぎゅうにゅう<br>だいや・ひじき<br>あいびきにく<br>ぶたにく・ベーコン<br>たまご・チーズ                          | パン・じゃがいも<br>さんおんとう<br>オリーブオイル<br>こめあぶら                                  | サラダこんにやく<br>きゅうり・たまねぎ<br>ミトミト・にんじん<br>パセリ・レタス<br>トマトピューレ<br>にんにく                     | 604                   |           |                                                                                         |                                                                                      |                                                                                      |                                                                               |                       |
| 14<br>(月) | えのきのおひたし<br>ホキの<br>マヨネーズやき<br>ごはん<br>しせん<br>にくじゃが                          | ぎゅうにゅう<br>しらすぼし<br>かつおぶし<br>ホキ・ぎゅうにく                                         | こめ・じゃがいも<br>さんおんとう<br>こめあぶら<br>マヨネーズ                                    | いとこんにやく<br>キャベツ・こまつな<br>たまねぎ・とうもろこし<br>にんじん・ねぎ<br>パセリ・えのきだけ                          | 550                   |           |                                                                                         |                                                                                      |                                                                                      |                                                                               |                       |
| 15<br>(火) | きりぼしだいやの<br>のりずあえ<br>こうやどうふの<br>ごぼうてんぶら<br>ごはん<br>さわにわん                    | ぎゅうにゅう<br>こうやどうふ<br>のり・(こんぶ)<br>(けずりぶし)<br>まぐろあぶらづけ<br>ぶたにく・たまご              | こむぎこ・こめ<br>でんぶん・さとう<br>さんおんとう<br>こめあぶら                                  | きゅうり・ごぼう<br>きりぼしだいや<br>たまねぎ・にんじん<br>ねぎ・もやし<br>えのきだけ・きくらげ                             | 563                   |           |                                                                                         |                                                                                      |                                                                                      |                                                                               |                       |
| 16<br>(水) | きなこととうふの<br>ナゲット<br>かいそう<br>ひじきサラダ<br>ぶどうゼリー<br>きのこの<br>たつぷり<br>スープ<br>ごはん | ぎゅうにゅう<br>きなこ・とうふ<br>かいそう・わかめ<br>ひじき・アガー<br>(けずりぶし)<br>とりにく                  | パン・でんぶん<br>さとう<br>さんおんとう・ごま<br>オリーブオイル<br>こめあぶら                         | きゅうり・たまねぎ<br>にんじん・ねぎ<br>はくさい・もやし<br>グレープジュース<br>えのきだけ・しめじ<br>しいたけ・にんにく               | 555                   |           |                                                                                         |                                                                                      |                                                                                      |                                                                               |                       |

いまばりし がっこう きゅうしよくせつしゅきじゅん もと しんたいさいそく かくがっこう がくねん きじゅん  
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。

さいりょう 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。

引用:「学校給食2026年8月号」