

令和8年

9月分 学校給食献立表 (18回)

今治市立玉川調理場
(鴨部小・九和小・玉川中)

日 (曜)	こ ん だ て め い				栄養価	日 (曜)	こ ん だ て め い				栄養価
	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 ととのえるもの	上：小学生 下：中学生		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 ととのえるもの	上：小学生 下：中学生		
2 (水)	 ごはん	 わかめの ツナあえ とりにくとなすの なんばんづけ	 うちまめ のみどしる	 ぎゅうにゅう	611 817	17 (木)	 さつまいも コロッケ	 カラフル サラダ	 ひよこまめの ミネストローネ	638 803	
3 (木)	 カレーポテト	 ココアまめ	 とうがんスープ	 ぎゅうにゅう	605 646	18 (金)	 れいとうパイン	 かぼちゃ ナッツサラダ	 もずく スープ	551 748	
4 (金)	 むぎごはん	 トマトとあおじその サラダ	 なすの ドライカレー	 ぎゅうにゅう	592 804	24 (木)	 ハンバーグ きのこソースがけ	 スイーツポテト パンフキンサラダ	 ファイバー スープ	625 806	
7 (月)	 たちうおの かきあげ	 ぶどう	 ひやし うめうどん	 ぎゅうにゅう	568 731	25 (金)	 いそかあえくろごまだれがけ	 さんまのしおやき	 いもたき	621 811	
8 (火)	 しらすわかめ ごはん	 しめじの ごまあえ とりてん	 けんちんじる	 ぎゅうにゅう	554 754	28 (月)	 レバーとナッツの あげに	 だいずとツナの サラダ	 ビーフの ちゅうかスープ	648 811	
9 (水)	 ごはん	 ちゅうかサラダ	 きっかむし	 ぎゅうにゅう	661 879	29 (火)	 しろごはん	 とうふサラダ	 もちむぎいり マーボーなす	579 -	
10 (木)	 ほたての きのこチーズやき	 レモン ドレッシングサラダ	 コーン ポタージュ	 ぎゅうにゅう	582 -	30 (水)	 ごはん	 ひじきの レモンずあえ	 さばの かるいじゃが	556 -	
11 (金)	 じゃこてん カラフルピーマンきんぴら	 ごはん	 ししゃもの きなこあげ	 なすの みそしる	561 788	 防災の日 し ゅ く そ な 食の備えを見直しましょう…………… がついたち ぼうさい ひ たいふう じしん ごう お かくち じんたい ひが い あいつ しょうきよう 9月1日は「防災の日」です。台風や地震、豪雨などが起こり、各地で甚大な被害が相次いでいる状況です。 みず し ゅ くり ょ う ひん さい い て い か ぶ ん し ゅ う か ん ぶ ん そ な す 水や食料品は最低3日分、できれば1週間分を備えておくことが勧められています。 た け 物 の お お か お た か た む り そ な よく食べている物を多めに買い置きし、食べたら買い足す「ローリングストック」で無理なく備えましょう。 水は必需品！ カセットコンロとボンベが あれば、食べられる食品の幅 が広がります。 食料品は常温で保存ができて、簡単な調理や そのまま食べられるものが便利です。 湯せん調理がおすすめです。					
14 (月)	 なすとかぼちゃの チーズやき	 ごまじゃこ サラダ	 ポーク ビーンズ	 ぎゅうにゅう	568 -	15 (火)	 きゅうりと たこのすのもの ふりかけ	 しろごはん	 かりかりがんも	 ぎょそうめん じる	597 809
16 (水)	 むぎごはん	 パンサンスー	 うのはなの はるまき	 ぶたキムチ どんのぐ	570 774						

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量の平均を記載しています。

※ 材料の都合により、献立を変更することがあります。

※ 日にちに○が付く日は、スプーンが付きます。