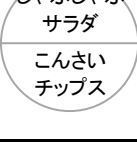
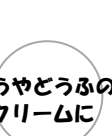
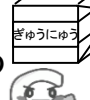
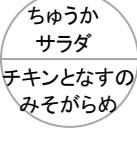
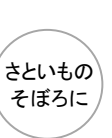
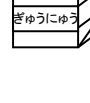
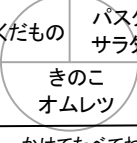
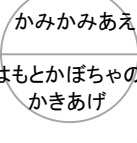
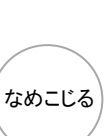
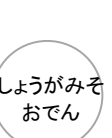
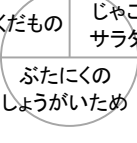
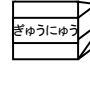


令和8年

10月分 学校給食献立表 (21回)

今治市立大三島調理場 (上浦小・大三島小・大三島中・大三島分校・しまなみ大三島)

日 (曜)	こ ん だ て め い				あ か い ろ	き い ろ	み ど り い ろ	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
1 (木)					ぎゅうにゅう・だいず わかめ・ロースハム ウイナー・たまご とりにく	こめ・こむぎこ コーンフレーク ごま・ごまあぶら バター・マヨネーズ ドレッシング	えだまめ・キャベツ きゅうり・たまねぎ とうもろこし・にんじん ねぎ・レタス・にんにく	617 754
2 (金)					ぎゅうにゅう・とうふ かつおぶし・ぶたにく いわし・(にぼし)	こめ・さといも パンこ・でんぶん さんおんとう・ごま ごまあぶら こめあぶら	こんにやく・キャベツ ごぼう・たくあんづけ にんじん・しょうが ねぎ・ほうれんそう	611 743
5 (月)					ぎゅうにゅう こうやどうふ とうにゅう・ぶたにく とりにく だっしふんにゅう (ガラスープ)	こめ・さつまいも こむぎこ・バター じゃがいも・ごま さんおんとう ごまあぶら こめあぶら	きゅうり・ごぼう たまねぎ・コーンかん トマト・にんじん パセリ・レタス れんこん・レモン	631 771
6 (火)					ぎゅうにゅう・みそ ベーコン・とりにく	こめ・さつまいも こめこ・じゃがいも こむぎこ・はるさめ さんおんとう ごまあぶら こめあぶら	キャベツ・たまねぎ とうもろこし・トマト なす・にら・にんじん しろねぎ・ねぎ パセリ・しいたけ	632 772
7 (水)					ぎゅうにゅう・とうふ ちくわ・てんぶら ぶたにく・チーズ ベーコン	こめ・さといも さとう・さんおんとう ごま・こめあぶら	こんにやく・キャベツ さやいんげん・ごぼう にんじん・ほうれんそう もやし・ばいにく えのきだけ・しめじ	622 759
8 (木)					ぎゅうにゅう・とうふ うずらたまご・たまご とりレバーたつたあげ (にぼし)	こめ・さつまいも さとう・さんおんとう アーモンド こめあぶら	キャベツ・たまねぎ にんじん・ねぎ ピーマン・ほうれんそう	630 770
9 (金)					ぎゅうにゅう・たまご ぼたてかいばしら えび・いか・ベーコン とりにく (ガラスープ)	こめ・もちむぎ・ごま マカロニ・じゃがいも さとう・さんおんとう オリーブオイル こめあぶら カレールウ	グリーンピース・きゅうり たまねぎ・にんじん ほうれんそう・にんにく レモン・えのきだけ しめじ・エリンギ しょうが・くだもの	693 846
13 (火)					ぎゅうにゅう・はも さきいか・ぶたにく たまご・みそ (けずりぶし)	こめ・こむぎこ こめこ・さつまいも さんおんとう ごまあぶら こめあぶら	かぼちゃ・キャベツ きゅうり・こまつな たまねぎ・なす・ねぎ ピーマン・れんこん しいたけ	648 793
14 (水)					ぎゅうにゅう・とうふ あぶらあげ・チーズ とうにゅう・ひじき ぶたにく・みそ (けずりぶし) (にぼし)	こめ・さつまいも パンこ・アーモンド さとう・こめあぶら ごまドレッシング	きゅうり・こまつな たまねぎ・にんじん ねぎ・パセリ・しめじ なめこ	656 799
15 (木)					ぎゅうにゅう・こんぶ こうやどうふ・のり ひじき・えそ・たこ ちくわ・とりにく たまご・うずらたまご みそ・(けずりぶし)	こめ・むぎ・パンこ じゃがいも・ごま でんぶん さんおんとう こめあぶら	こんにやく・ごぼう こまつな・だいこん たまねぎ・にんじん もやし・しょうが	681 834
16 (金)					ぎゅうにゅう・だいず わかめ・しらすぼし ぶたにく・とりにく	こめ・さといも さとう・さんおんとう ごま・こめあぶら オリーブオイル	キャベツ・きゅうり だいこん・たまねぎ にんじん・ピーマン もやし・れんこん りんごソース・レモン トマトピューレ しょうが・くだもの	617 737
					10月は「食品ロス削減月間」です! 10月30日は「食品ロス削減の日」			
					《給食がない日》 大三島小(1〜5年)26日、(6年)29日、30日 上浦小(1、2年)7日、(3、4年)6日、(5年)6日、8日、14日、15日 (6年)14日、15日、29日、30日 大三島中 1日、2日、19〜21日、(1年)26日 大三島分校・しまなみ大三島 6〜9日、26日			

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。

引用：食育フォーラム2026年 10月号

※ 材料の都合により、献立を変更することがあります。