

令和8年



10月分 学校給食献立表 (21回)

今治市立大西調理場
(大西小・大西中)

日 (曜)	こ ん だ て め い	あ か い ろ	き い ろ	み ど り い ろ	栄養価	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			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 だいたず・とうにゅう わかめ・アガー めかぶわかめ ぶたにく・とりにく チーズ	こむぎこ・パン パンこ・さいとも じゃがいも・さとう・ごま ごまあぶら・こめあぶら バター・アロエデザート	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・レモン おうとうかん・えのきだけ ほししいたけ・しょうが	572 699	19 (月)		ぎゅうにゅう だいたず・とうにゅう ひよこまめ ぶたひきにく とりにく・こなチーズ	パン・パンこ さつまいも・じゃがいも こくとう・さとう アーモンド・こめあぶら ドレッシング	キャベツ・だいこん・たまねぎ とうもろこし・ミニトマト にんじん・パセリ・レタス	574 725
2 (金)		ぎゅうにゅう あつあげ・いわし ちくわ・ぶたにく	こむぎこ・パンこ・こめ 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	こんにやく・さいいんげん キャベツ・きゅうり こまつな・あかしそ にんじん・しょうが	628 829	20 (火)		ぎゅうにゅう ロースたいたず ひじき メルルーサ とりにく・たまご・ヨーグルト (にぼし)	こめ・じゃがいも くろざとう・さとう はちみつ・ねりごま こめあぶら	いとこんにやく さいいんげん・キャベツ こまつな・あかしそ たまねぎ・にんじん・レモン	542 721
5 (月)		ぎゅうにゅう しろいんげんまめペースト だいたず・ひよこまめ ウインナー とりにく・チーズ	パン・マカロニ さつまいも・さとう ラ・フランスジャム こめあぶら マヨネーズ	えだまめ・キャベツ こまつな・たまねぎ とうもろこし・トマトジュース にんじん・えのきだけ ほししいたけ	596 741	21 (水)		ぎゅうにゅう しらすばし・ぶたにく とりにく・たまご	こめ・さつまいも じゃがいも・でんぶ はるさめ・さんおんとう さとう・ごま ごまあぶら・こめあぶら	キャベツ・きゅうり・たけのこ たまねぎ・にんじん ピーマン・れんこん しいたけ	600 790
6 (火)		ぎゅうにゅう だいたず・もずく かつおぶし ぶたひきにく	むぎ・こめ・さつまいも でんぶん・さとう さんおんとう みずあめ・ごま ごまあぶら こめあぶら	キャベツ・きゅうり・こまつな たまねぎ・とうもろこし にんじん・にんにく	559 745	22 (木)		ぎゅうにゅう しろいんげんまめ まぐろあぶらづけ ベーコン・たまご にくだんご	パン・じゃがいも でんぶん・さとう すりごま・こめあぶら	グリーンピース・こまつな きりぼしだいこん・たまねぎ トマトジュース・にんじん パセリ・きくらげ・しめじ	596 752
7 (水)		ぎゅうにゅう とうふ・あぶらあげ あおのりこ・わかめ まぐろあぶらづけ えび・いか・たまご みそ・(にぼし)	こむぎこ・こめ でんぶん・さとう アーモンド・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 にんじん・ねぎ・もやし えのきだけ・しめじ	559 742	23 (金)		ぎゅうにゅう・とうふ あぶらあげ・からあげ こうやどうふ あおのりこ・かつおぶし とりにく・たまご (にぼし)・(けずりぶし)	こむぎこ・こめ もちこめ・さいとも でんぶん・さとう・くり こめあぶら・なしゼリー ナタデココ	えだまめ・キャベツ・ごぼう こまつな・たくあんづけ にんじん・ねぎ・もやし パインかん・ほししいたけ しめじ	565 740
8 (木)		ぎゅうにゅう だいたず かにかまぼ ぶたにく ぶたひきにく うずらたまご (ガラスープ)	パン・ぎょうざのかわ ビーフン・でんぶん さとう・ごま ドライパイン ごまあぶら・こめあぶら	キャベツ・きゅうり・こまつな たけのこ・たまねぎ にんじん・ピーマン えのきだけ・きくらげ しょうが	598 756	26 (月)		ぎゅうにゅう・だいたず おから・わかめ・ひじき ぎゅうひきにく ぶたひきにく・ベーコン たまご	パン・パンこ じゃがいも・でんぶ さんおんとう・ごま こめあぶら	キャベツ・きゅうり こまつな・たまねぎ にんじん・レタス・レモン えのきだけ	558 701
9 (金)		ぎゅうにゅう あおのりこ・ひじき ししゃも・たまご ヨーグルト こなチーズ ラビオリ	こむぎこ・パンこ・こめ じゃがいも・さとう ごま・こめあぶら ナタデココ アロエデザート	きゅうり・こまつな たまねぎ・とうもろこし にんじん・レタス パインかん・ブルーベリー しめじ	606 837	27 (火)		ぎゅうにゅう こうやどうふ・しおこんぶ ちくわ・ぶたレバー とりにく・うずらたまご (にぼし)	こめ・でんぶ さんおんとう カシューナッツ こめあぶら	こんにやく・グリーンピース キャベツ・きゅうり・ごぼう こまつな・だいこん たまねぎ・にんじん れんこん・レモン・しょうが	583 776
13 (火)		ぎゅうにゅう わかめ・さば とりにく・たまご (けずりぶし)	むぎ・こめ・さつまいも でんぶん・さんおんとう ごま・ごまあぶら	きゅうり・だいこん たまねぎ・にんにく	590 785	28 (水)		ぎゅうにゅう・とうふ あぶらあげ・なっとう わかめ・ひじき かにかまぼこ・ぶたにく ぶたひきにく とりひきにく・たまご みそ・(にぼし)	こめ・さいとも・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 きゅうり・こまつな・だいこん たまねぎ・にんじん・ねぎ ほししいたけ	594 787
14 (水)		ぎゅうにゅう とうふ・かつおぶし ぶたにく とりひきにく・みそ (けずりぶし)	こめ・さいとも でんぶん・さんおんとう ごま・ねりごま こめあぶら	こんにやく・キャベツ きゅうり・ごぼう・こまつな だいこん・たまねぎ とうもろこし・にんじん しろねぎ・ねぎ・キムチ	563 746	29 (木)		ぎゅうにゅう しろいんげんまめペースト だいたず・とうにゅう かんでん・ホキ かまぼこ・ぶたにく なまクリーム・チーズ	パン・マカロニ・さとう さんおんとう こめあぶら・マヨネーズ	かぼちゃペースト キャベツ・レッドキャベツ こまつな・たまねぎ・レタス とうもろこしペースト とうもろこし・トマトかん トマトジュース・にんじん パセリ・ピーツ・あかピーマン	611 740
15 (木)		ぎゅうにゅう しろいんげんまめペースト ホキ・ぶたひきにく ベーコン・なまクリーム	こむぎこ・パン さつまいも・じゃがいも でんぶん・さとう ごまあぶら・こめあぶら バター	キャベツ・ごぼう・たまねぎ にんじん・レタス・レモン しめじ・マッシュルーム しいたけ	598 748	30 (金)		ぎゅうにゅう・だいたず とうふ・からあげ あおのりこ・わかめ・かつ おぶし・じゃこボール とりにく・とりひきにく たまご・(こんぶ) (けずりぶし)	こむぎこ・パンこ・こめ でんぶん・さとう こめあぶら マヨネーズ	かんひょう・キャベツ だいこん・たまねぎ にんじん・ねぎ・ブロッコリー まこもたけ・れんこん えのきだけ	568 741
16 (金)		ぎゅうにゅう おから・とうにゅう レンズまめ まぐろあぶらづけ えび・いか・たまご だっしふんにゅう	むぎ・こめ・じゃがいも さとう・こめあぶら バター・マヨネーズ カレールウ	えだまめ・キャベツ きゅうり・たまねぎ とうもろこし・トマト にんじん・ねぎ・しょうが にんにく	577 742						

いまはりし
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。

※ ○印の日はスプーンがつきます。 ※ 材料の都合により、献立を変更することがあります。