

〔 月 間 糖 質 量 一 覧 表 (g) 〕

2025 年 6 月 度 A 献立

(新居浜小、宮西小、金子小、金栄小、高津小、浮島小、惣開小、中萩小、大生院小、新居浜特別支援学校、新居浜特別支援学校川西分校)

日	曜	日	献 立 名	小1	小2	小3	小4	小5	小6
2	月		牛乳/麦ご飯/キーマカレー/ゆで卵/じゃが芋のソテー	67.9	77.3	88.5	96.3	107.4	110.9
3	火		牛乳/パン/チキンカツ/ドレッシングサラダ/コンソメスープ	56.8	58.3	77.2	77.2	88.1	91.0
4	水		牛乳/ご飯/焼きししゃも/ナッツごぼう/わかめ汁/オレンジ	64.6	73.9	84.7	92.5	103.3	106.3
5	木		牛乳/ご飯/鶏肉のケチャップ炒め/粉ふき芋/はるさめスープ	71.8	81.5	93.1	100.9	112.5	116.4
6	金		牛乳/減量パン/シュウマイ/もやしのナムル/焼きそば	65.6	67.5	87.5	87.5	99.5	103.4
9	月		牛乳/ご飯/かぼちゃの天ぷら/華風サラダ/麻婆豆腐	69.0	78.5	89.8	97.6	108.9	112.4
10	火		牛乳/パン/ささみのピカタ/野菜ソテー/ミネストローネスープ	51.3	52.4	70.7	70.7	81.0	83.2
11	水		牛乳/ご飯/鶏肉の梅焼き/ひじきの炒め煮/沢煮椀	57.2	66.1	76.0	83.8	93.7	95.9
12	木		牛乳/ご飯/あじの竜田揚げ/切干大根のまだか漬け/ざぶ汁	63.4	72.6	83.3	91.1	101.7	104.6
13	金		牛乳/パン/オムレツ/ポテトサラダ/1食用卵不使用マヨネーズ/ラビオリ スープ	58.3	59.8	78.9	78.9	90.0	93.1
16	月		牛乳/ご飯/New! 浜カツ/ひじき入り甘酢炒め/かきたま汁	67.2	76.6	87.7	95.5	106.6	109.9
17	火		牛乳/パン/豚肉のバーベキューソースかけ/もやしとコーンのサラダ/キャベツの スープ	50.8	51.9	70.1	70.1	80.3	82.5
18	水		牛乳/ご飯/サーモンフライ/高野豆腐の煮物/ふしめん汁/柑橘ゼリー	73.5	83.4	95.2	103.0	114.8	118.9
19	木		牛乳/ご飯/小いわしの南蛮漬け/磯香和え/豚汁	62.8	72.0	82.6	90.4	100.9	103.8
20	金		牛乳/パン/鶏肉のピリ辛焼き/切干大根のオスターソース炒め/煮込みスープ	58.0	59.5	78.6	78.6	89.7	92.7
23	月		牛乳/ご飯/ざんき/ごぼうの炒め煮/魚そうめん汁	61.7	70.8	81.3	89.1	99.5	102.2
24	火		牛乳/パン/さけのレモン風味焼き/アーモンド和え/野菜スープ/パテチョコ	55.1	56.5	75.2	75.2	85.9	88.6
25	水		牛乳/ご飯/さわらのみりん焼き/甘酢和え/みそ汁/のりの佃煮	60.8	69.9	80.2	88.0	98.3	100.9
26	木		牛乳/ご飯/春巻き/回鍋肉/もずくのスープ	63.3	72.6	83.2	91.0	101.6	104.5
27	金		牛乳/パン/ウインナー/コールスローサラダ/チリコンカン	62.1	63.8	83.4	83.4	94.9	98.5
30	月		牛乳/ご飯/コロッケ/ごま和え/豆腐汁	65.0	74.4	85.2	93.0	103.8	106.9

〔 月 間 糖 質 量 一 覧 表 (g) 〕

2025 年 6 月 度 B 献立

(東中、西中、南中、北中、中萩中、大生院中、川東中)

日	曜 日	献 立 名	中1～中3
2	月	牛乳/パン/チキンカツ/ドレッシングサラダ/コンソメスープ	101.0
3	火	カルシウムミルク/麦ご飯/キーマカレー/ゆで卵/じゃが芋のナッツ入ソテー	121.7
9	月	牛乳/パン/ささみのピカタ/野菜ソテー/ミネストローネスープ	89.8
10	火	牛乳/ご飯/かぼちゃの天ぷら/炒めナムル/麻婆豆腐/オレンジ	122.7
11	水	牛乳/ご飯/ホキの磯辺揚げ/梅ドレッシング 和え/わかめ汁/のりの佃煮	106.9
12	木	牛乳/パン/オムレツ/ポテトサラダ/1 食用卵不使用マヨネーズ/ラビオリ スープ	99.7
13	金	牛乳/ご飯/あじの竜田揚げ/切干大根のまだか漬け/ざぶ汁	114.5
16	月	牛乳/パン/豚肉のバーベキューソースかけ/もやしとコーンのサラダ/キャベツの スープ	90.0
17	火	牛乳/ご飯/New! 浜カツ/ひじき入り甘酢炒め/かきたま汁	113.7
18	水	牛乳/ご飯/さばのさんしょう焼き/ゆかり和え/けんちん汁	100.0
19	木	牛乳/ご飯/鶏肉のピリ辛焼き/切干大根のオリーブオイル炒め/煮込みスープ	113.6
20	金	牛乳/ご飯/小いわしの南蛮漬け/磯香和え/豚汁	108.8
23	月	牛乳/パン/さけのレモン風味焼き/アーモンド和え/野菜スープ/パテチョコ	95.7
24	火	牛乳/ご飯/さんき/ごぼうの炒め煮/魚そうめん汁	108.9
25	水	牛乳/ご飯/きびなごのから揚げ/おかか煮/高野豆腐の卵とじ/柑橘ゼリー	119.4
26	木	牛乳/パン/ウィンナー/コールスローサラダ/チリコンカン	106.6
27	金	牛乳/ご飯/春巻き/回鍋肉/もずくのスープ	114.0
30	月	牛乳/パン/さわらのハーブ焼き/青のりポテト/肉団子のスープ	94.0

〔 月 間 糖 質 量 一 覧 表 (g) 〕

2025 年 6 月 度 C 献立

(垣生小、神郷小、多喜浜小、泉川小、船木小、角野小、泉川中、船木中、角野中)

日	曜 日	献 立 名	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1～中3
2	月	牛乳/パン/ささみカツ/ごぼうサラダ/コンソメスープ	56.6	58.1	77.0	77.0	87.9	90.8	98.3
3	火	牛乳/ご飯/あじの竜田揚げ/切干大根のまだか漬け/ざぶ汁	66.1	75.4	86.4	94.2	105.1	108.3	120.5
4	水	牛乳/パン/さばの香味焼き/もやしのナムル/焼きそば	59.0	60.6	79.8	79.8	91.0	94.2	
5	木	牛乳/麦ご飯/キーマカレー/じゃが芋のソテー/オレンジ	73.6	83.4	95.3	103.1	114.9	119.0	
6	金	牛乳/ご飯/かぼちゃの天ぷら/回鍋肉/もずくスープ	63.3	72.6	83.2	91.0	101.6	104.5	
9	月	牛乳/パン/ツナオムレツ/青のりポテト/ワンタンスープ/パテチョコ	64.6	66.5	86.4	86.4	98.2	102.1	108.1
10	火	牛乳/ご飯/鶏肉の梅焼き/ひじきの煮物/沢煮椀	58.8	67.8	77.9	85.7	95.8	98.1	109.5
11	水	牛乳/パン/豚肉のアップルソースかけ/青菜のソテー/キャベツのスープ	51.5	52.7	71.0	71.0	81.3	83.6	90.7
12	木	牛乳/ご飯/春巻き/炒めハリハリサラダ/麻婆豆腐	70.9	80.6	92.1	99.9	111.4	115.2	129.1
13	金	牛乳/わかめご飯/いわしのかば焼き風/アーモンド炒め/豚汁	66.5	75.9	86.9	94.7	105.7	108.9	118.8
16	月	牛乳/ご飯/ざんき/きんぴら/豆腐汁	61.1	70.1	80.5	88.3	98.6	101.3	112.6
17	火	牛乳/ご飯/さわらのみりん焼き/甘酢炒め/みそ汁	57.7	66.5	76.5	84.3	94.2	96.5	107.5
18	水	牛乳/パン/さけのマヨネーズ焼き/もやしとコーンのソテー/野菜スープ/河内晩柑	53.7	55.0	73.6	73.6	84.2	86.7	93.5
19	木	牛乳/ご飯/New! 浜カツ/小松菜の煮びたし/かきたま汁	64.1	73.4	84.1	91.9	102.6	105.6	116.1
20	金	牛乳/ご飯/鶏肉のケチャップ炒め/粉ふき芋/はるさめスープ	73.3	83.1	94.9	102.7	114.5	118.5	131.5
23	月	牛乳/パン/ウインナー/キャベツのソテー/チリコンカン	60.5	62.2	81.6	81.6	93.0	96.3	105.3
24	火	牛乳/ご飯/さけのから揚げ/煮びたし/高野豆腐の卵とじ/かみかみデザート(味付け小魚)	67.6	77.1	88.2	96.0	107.1	110.5	122.0
25	水	牛乳/パン/ささみのピカタ/野菜ソテー/肉団子入りスープ	52.6	53.9	72.3	72.3	82.7	85.2	93.2
26	木	牛乳/ご飯/コロッケ/もやしのおかか炒め/魚そうめん汁/のりの佃煮	66.9	76.3	87.4	95.2	106.2	109.5	123.1
27	金	牛乳/ご飯/焼きししゃも/ひじき入り甘酢炒め/わかめ汁/乳酸菌ゼリー	66.2	75.5	86.5	94.3	105.2	108.5	116.6
30	月	牛乳/パン/鶏肉のレモン風味焼き/温野菜サラダ/一食用ドレッシング/ミネストローネスープ	55.0	56.4	75.1	75.1	85.8	88.5	96.1