

[月 間 糖 質 量 一 覧 表 (g)]

2025 年 7 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
1	火	牛乳/パン/さわらのハーブ焼き/チーズポテト/肉団子のスープ	54.7	56.0	74.7	74.7	85.4	88.0
2	水	牛乳/ご飯/あじフライ/ピーマンのアーモンド炒め/みそ汁	62.3	71.5	82.0	89.8	100.3	103.1
3	木	牛乳/たこ飯/鶏肉の塩から揚げ/おかか和え/わかめ汁	53.8	62.5	72.0	79.8	89.3	91.1
4	金	牛乳/パン/ハムステーキ/チンゲン菜のソテー/ポークビーンズ	64.9	66.8	86.7	86.7	98.6	102.4
7	月	牛乳/ご飯/さばの塩焼き/玉ねぎのそぼろ煮/そうめん汁/ セタゼリー (パイ)	65.0	74.4	85.2	93.0	103.8	106.9
8	火	牛乳/パン/ささみのレモンソースかけ/グリーンサラダ/野菜スープ	54.2	55.5	74.1	74.1	84.7	87.3
9	水	牛乳/ご飯/焼きししゃも/華風和え/中華風肉じゃが	70.1	79.7	91.1	98.9	110.3	114.0
10	木	牛乳/麦ご飯/夏野菜カレー/ゆでとうもろこし/野菜ソテー/冷凍みかん	71.3	81.0	92.6	100.4	111.9	115.8
11	金	牛乳/パン/かぼちゃコロッケ/ドレッシングサラダ/ABCスープ	65.6	67.6	87.6	87.6	99.6	103.5
14	月	牛乳/ご飯/揚げぎょうざ/なすのからしみそ炒め/タイピーエン	68.5	78.0	89.3	97.1	108.3	111.8
15	火	牛乳/パン/ローストチキン/青じそドレッシングサラダ/煮込みスープ	52.4	53.6	72.0	72	82.4	84.8
16	水	牛乳/ご飯/さわらのさんしょう焼き/大豆の磯煮/かきたま汁	57.3	66.2	76.1	83.9	93.8	96.0
17	木	牛乳/黒糖コッペパン/ウインナー/カラフルサラダ/スパゲティーミート ソース	62.2	63.9	83.5	83.5	95.1	98.6

[月 間 糖 質 量 一 覧 表 (g)]

2025 年 7 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
1	火	牛乳/たこ飯/鶏肉の塩から揚げ/おかか和え/わかめ汁	96.2
2	水	牛乳/ご飯/焼きししゃも/華風和え/中華風肉じゃが	118.9
3	木	牛乳/パン/ハムステーキ/もやしのソテー/ポークビーンズ	107.4
4	金	牛乳/ご飯/ホキのゆかり揚げ/ゆず酢和え/かきたま汁/冷凍みかん	108.6
7	月	牛乳/ご飯/ささみのレモンソースかけ/グリーンサラダ/野菜スープ/ セタゼリー (パイン)	117.1
8	火	牛乳/ご飯/さばの塩焼き/玉ねぎのそぼろ煮/ふしめん汁	106.0
9	水	牛乳/ご飯/あじフライ/ピーマンのアーモンド炒め/みそ汁	109.5
10	木	牛乳/パン/コロッケ/キャロットラペ/ミネストローネスープ	105.6
11	金	カルシウムミルク/麦ご飯/夏野菜カレー/ゆでとうもろこし/野菜ソテー	127.1
14	月	牛乳/パン/ローストチキン/ドレッシングサラダ/煮込みスープ	94.3
15	火	牛乳/ご飯/揚げぎょうざ/なすのからしみそ炒め/タイピーエン	117.2
16	水	牛乳/ご飯/瀬戸揚げ/のり酢和え/豚汁	110.9

〔 月 間 糖 質 量 一 覧 表 (g) 〕

2025 年 7 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
1	火	牛乳/たこ飯/塩からあげ/煮びたし/豚汁	59	67.5	77.6	85.4	95	98	107
2	水	牛乳/コッペパン（新）/さけのパン粉焼き/ジャーマンポテト/ジュリアン	62	64.2	83.8	83.8	95	99	105
3	木	牛乳/ご飯/さばのさんしょう焼き/炒めハリハリサラダ/中華風肉じゃが	71	81.1	92.7	100.5	112	116	129
4	金	牛乳/ご飯/星のコロッケ/おかか入り煮びたし/魚そうめん汁/セタゼリー	76	85.6	97.7	105.5	118	122	127
7	月	牛乳/パン/オムレツ/きのこ野菜のソテー/ポークビーンズ	65	66.5	86.3	86.3	98	102	111
8	火	牛乳/ご飯/豚肉の生姜焼き/かぼちゃのそぼろ煮/具だくさんみそ汁	65	74.4	85.3	93.1	104	107	119
9	水	牛乳/黒糖コッペパン/さわらのハーブ焼き/ピーマンのチャンプル/野菜	52	53.1	71.5	71.5	82	84	92
10	木	牛乳/ご飯/揚げぎょうざ/なすのからしみそ炒め/タイピーエン	68	77.8	89.0	96.8	108	111	122
11	金	牛乳/麦ご飯/夏野菜カレー(クラス)/ゆでとうもろこし/じゃが芋のソテー	74	84.0	95.9	103.7	116	120	130
14	月	牛乳/コッペパン（新）/ローストチキン/ひじき入り甘酢炒め/卵スープ/	55	56.8	75.6	75.6	86	89	95
15	火	牛乳/ご飯/ハンバーグ 照り焼きソースかけ/ごま煮びたし/沢煮椀	60	69.5	79.8	87.6	98	100	112
16	水	牛乳/コッペパン（新）/ホキのレモンソースかけ/バターポテト/チンゲン菜	58	59.9	79.0	79.0	90	93	101
17	木	牛乳/ご飯/ししゃもの変わり揚げ/キャベツの甘酢煮/かぼちゃのみそ汁	66	75.0	85.9	93.7	105	108	