

[ 月間糖質量一覧表 (g) ]

2026年3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/彩りご飯/さばのカレー風味竜田揚げ/じゃが芋のおかか煮/ふしめん汁	68.4	78.0	89.2	97.0	108.2	111.7
3	火	牛乳/パン/オムレツ/かぼちゃサラダ/1食用卵不使用マヨネーズ/煮込みスープ	58.9	60.5	79.7	79.7	90.9	94.0
4	水	牛乳/ご飯/ざんき/おひたし/豆腐汁/ひなあられ	61.6	70.8	81.2	89.0	99.4	102.1
5	木	牛乳/ご飯/春巻き/ビビンバの具/白菜スープ	63.0	72.2	82.8	90.6	101.2	104.0
6	金	牛乳/食パン/ハムステーキ/グリーンサラダ/ポークビーンズ	65.4	67.4	87.3	87.3	99.2	103.2
9	月	牛乳/ご飯/ソースカツ丼/ゆかり和え/こしね汁	71.3	80.9	92.5	100.3	111.8	115.7
10	火	牛乳/パン/さけのハーブ焼き/ジャーマンポテト/チンゲン菜のスープ/パテチョコ	60.7	62.4	81.8	81.8	93.2	96.6
11	水	牛乳/ご飯/あじの照り焼き風/枝豆とひじきのサラダ/かきたまスープ	57.7	66.6	76.6	84.4	94.3	96.6
12	木	牛乳/麦ご飯/チキンカレー/ハンバーグ/カラフルサラダ/お祝いデザート(さくらのジュレ)	80.2	90.4	103.0	110.8	123.4	128.3
13	金	牛乳/パン/コロッケ/ツナともやしのソテー/野菜スープ	60.3	62.0	81.3	81.3	92.6	96.0
16	月	牛乳/ご飯/きびなごのから揚げ/里芋とれんこんの甘辛煮/はんぺん汁/のりの佃煮	63.2	72.4	83.0	90.8	101.4	104.3
17	火	牛乳/スパゲティ-ミートソース/ウインナー/大根サラダ/ミルクドーナツ	61.5	63.5	67.3	67.3	71.0	74.8
18	水	牛乳/ご飯/さわらのさっぱりレモン焼/ブロッコリーのバター炒め/具だくさんみそ汁/でこぼん	62.6	71.7	82.3	90.1	100.6	103.4
19	木	牛乳/ご飯/ささみカツ/キャロットラペ/ジュリアンスープ	60.1	69.1	79.4	87.2	97.4	99.9
23	月	牛乳/ご飯/親子丼/さばのさんしょう焼き/ハリハリサラダ	60.6	69.7	80.0	87.8	98.1	100.7

[ 月間糖質量一覧表 (g) ]

2026年3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/ツナオムレツ/かぼちゃサラダ/1食用卵不使用マヨネーズ/煮込みスープ	97.7
3	火	牛乳/彩りご飯/ざんき/煮びたし/豆腐汁/お祝いデザート(さくらゼリー)	111.6
4	水	牛乳/ご飯/さわらのさっぱりレモン焼/ブロッコリーのバター炒め/具だくさんみそ汁	104.2
5	木	牛乳/パン/ハムステーキ/グリーンサラダ/ポークビーンズ	108.2
6	金	牛乳/ご飯/春巻き/ビビンバの具/白菜スープ	112.2
9	月	牛乳/パン/チキンのハーブ焼き/ジャーマンポテト/チンゲン菜のスープ	93.2
10	火	牛乳/ご飯/ソースカツ丼/ゆかり和え/こしね汁/でこぼん	128.9
11	水	牛乳/ご飯/ハモのレモンソースかけ/ごぼうとれんこんの甘辛煮/はんぺん汁	108.2
12	木	牛乳/パン/コロッケ/ツナともやしのソテー/野菜スープ	99.8
13	金	カルシウムミルク/麦ご飯/チキンカレー/ハンバーグ/カラフルサラダ	125.3
16	月	牛乳/パン/ささみのムニエル/ドレッシングサラダ/パンプキンスープ	92.2
18	水	牛乳/ご飯/ししゃもの磯辺揚げ/きんぴら/沢煮椀	104.7
19	木	牛乳/パン/いわしのが-リッパン粉焼き/もやしのソテー/ミネストローネスープ	90.6
23	月	牛乳/ご飯/ヤンニョムチキン/炒めナムル/はるさめスープ	112.9

[ 月間糖質量一覧表 (g) ]

2026年3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/コロッケ/ごぼうサラダ/ジュリアンスープ	61.6	63.3	82.8	82.8	94.3	97.8	108.8
3	火	牛乳/ちらし寿司/鶏肉の磯辺揚げ/しらす入り煮びたし/すまし汁/ ひなあられ(小学校のみ)/お祝いデザート(さくらゼリー)(中学校のみ)	62.7	71.8	82.4	90.2	100.7	103.5	114.2
4	水	牛乳/パン/ツナオムレツ/青菜のソテー/ポークビーンズ	62.7	64.5	84.1	84.1	95.7	99.3	107.9
5	木	牛乳/ソースカツ丼(ご飯)/ソースカツ丼(ソースカツ/ゆかり和え/こしね汁)	75.8	85.7	97.8	105.6	117.7	122.0	131.0
6	金	カルシウムミルク/麦ご飯/ポークカレー/ウインナー/ドレッシングサラダ	70.6	80.2	91.7	99.5	111.0	114.7	128.5
9	月	牛乳/パン/豚肉のオニオンソースかけ/じゃが芋のソテー/白菜スープ	54.7	56.0	74.7	74.7	85.4	88.0	96.4
10	火	牛乳/ご飯/いかのさらさ揚げ/しそひじき和え/田舎汁	69.1	78.7	90.0	97.8	109.1	112.7	125.2
11	水	牛乳/パン/ハンバーグ/キャベツのソテー/シチュー	63.2	65.0	84.7	84.7	96.4	100.0	109.1
12	木	牛乳/ご飯/さばの香味焼き/菜の花入り煮びたし/かきたま汁	55.5	64.3	74.0	81.8	91.5	93.5	103.9
13	金	牛乳/ご飯/シュウマイ/炒めナムル/麻婆豆腐	63.3	72.5	83.1	90.9	101.5	104.4	115.8
16	月	牛乳/パン/鶏肉のコチュジャン焼き/粉ふき芋/はるさめスープ/ミルク(ココア)	66.1	68.1	88.1	88.1	100.1	104.1	110.9
17	火	牛乳/ご飯/豆腐ナゲット/たくあん入り煮びたし/沢煮椀	57.2	66.1	76.0	83.8	93.7	95.9	
18	水	牛乳/パン/ホキのから揚げ/もやしとコーンのソテー/コンソメスープ/はるか	55.1	56.5	75.2	75.2	85.9	88.6	95.3
19	木	牛乳/ご飯/高野豆腐のそぼろかけ/焼きししゃも/アーモンド入り野菜炒め/ お祝いデザート(さくらのジュレ)(小学校のみ)	64.0	73.3	84.0	91.8	102.5	105.5	103.8
23	月	牛乳/みんなと食べ「たい飯」/ざんき/春キャベツとしらすのだし和/船木小6年生 スペシャルみそ汁	60.1	69.1	79.4	87.2	97.4	99.9	108.0