

[月間糖質量一覧表 (g)]

2026年5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	金	牛乳/パン/ローストチキン/ジャーマンナップ えんどう/ジュリアンスープ	52.6	53.8	72.2	72.2	82.6	85.0
7	木	牛乳/麦ご飯/中華丼/焼きししゃも/炒めナムル/子どもの日デザート(柏餅)	71.7	81.4	93.0	100.8	112.4	116.3
8	金	牛乳/パン/ハムカツ/ごぼうサラダ/レタスのスープ	57.9	59.4	78.5	78.5	89.6	92.6
11	月	牛乳/ご飯/さばのカレー風味竜田揚げ/アーモンド和え/新玉ねぎのみそ汁	59.6	68.6	78.8	86.6	96.8	99.2
12	火	牛乳/パン/ウインナー/もやしとコーンのソテー/チリコンカン	62.4	64.2	83.8	83.8	95.4	99.0
13	水	牛乳/ご飯/さけのみりん焼き/じゃが芋の炒め煮/沢煮椀	57.4	66.3	76.2	84.0	93.9	96.1
14	木	牛乳/たけのこご飯/鶏肉の塩から揚げ/大豆の磯煮/はんぺん汁	57.1	66.0	75.9	83.7	93.6	95.7
15	金	牛乳/パン/あじのガーリックパン粉焼き/ポテトのフレンチサラダ/キャベツのスープ/パテチョコ	61.6	63.3	82.8	82.8	94.3	97.8
18	月	牛乳/ご飯/さわらの梅みそ焼き/すろっぽ/豚汁	62.7	71.8	82.4	90.2	100.7	103.5
19	火	牛乳/パン/コロケ/グリーンサラダ/肉団子のスープ	63.4	65.2	84.9	84.9	96.6	100.3
20	水	牛乳/ご飯/ぶりの照り焼き/ごま煮びたし/田舎汁/のりの佃煮	63.9	73.1	83.8	91.6	102.3	105.2
21	木	牛乳/ご飯/ハヤシライス/フライドポテト/ひじき入り甘酢炒め	72.9	82.6	94.4	102.2	113.9	117.9
22	金	牛乳/パン/ツナオムレツ/野菜のソテー/煮込みスープ/河内晩柑	56.0	57.4	76.2	76.2	87.0	89.8
25	月	牛乳/ご飯/ささみカツ/磯香和え/具だくさんパインみそ汁	66.3	75.7	86.7	94.5	105.5	108.7
26	火	牛乳/パン/豚肉のアップルソースかけ/じゃが芋のソテー/はるさめスープ	57.5	59.0	78.0	78	89.0	92.0
27	水	牛乳/ご飯/揚げぎょうざ/ハリハリサラダ/麻婆豆腐	68.5	78.0	89.3	97.1	108.3	111.8
28	木	牛乳/ご飯/あじの南蛮漬け/おかか和え/わかめ汁/ももゼリー	67.9	77.4	88.6	96.4	107.5	111.0
29	金	牛乳/パン/チキンのハーブ焼き/アスパラ入り野菜ソテー/コンソメスープ	50.1	51.2	69.3	69.3	79.4	81.6

[月間糖質量一覧表 (g)]

2026年5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	金	牛乳/ご飯/ホキの磯辺揚げ/ゆかり和え/沢煮椀/子どもの日デザート(柏餅)	119.8
7	木	牛乳/パン/ハムカツ/ごぼうサラダ/レタスのスープ	99.2
8	金	牛乳/ご飯/鶏肉の照り焼き/ジャーマンナップ えんどう/豆腐汁	107.3
11	月	牛乳/パン/ウインナー/もやしとコーンのソテー/チリコンカン	107.3
12	火	牛乳/ご飯/さばのカレー風味竜田揚げ/アーモンド和え/新玉ねぎのみそ汁	109.4
13	水	牛乳/ご飯/中華丼/揚げぎょうざ/大根ナムル	111.5
14	木	牛乳/パン/あじのがり/ツナ粉焼き/ポテトのフレンチサラダ/キャベツのスープ/パテチョコ	102.0
15	金	牛乳/たけのこご飯/鶏肉の塩から揚げ/大豆の磯煮/はんぺん汁	105.5
18	月	牛乳/パン/コロケ/グリーンサラダ/肉団子のスープ	106.0
19	火	牛乳/ご飯/さわらの梅みそ焼き/すろっぽ/豚汁	112.4
20	水	牛乳/ご飯/ししゃもの中華あんかけ/ハリハリサラダ/麻婆豆腐	114.3
21	木	牛乳/パン/ツナオムレツ/野菜のソテー/煮込みスープ/河内晩柑	99.0
22	金	牛乳/麦ご飯/ハヤシライス/フライドポテト/ひじき入り甘酢炒め	123.0
25	月	牛乳/パン/豚肉のアップルソースかけ/じゃが芋のソテー/はるさめスープ	101.0
26	火	牛乳/ご飯/ささみカツ/磯香和え/具だくさん入りのみそ汁	115.9
27	水	牛乳/ご飯/ぶりの照り焼き/ごま煮びたし/田舎汁/のりの佃煮	110.2
28	木	牛乳/パン/チキンのハーブ焼き/アスパラ入り野菜ソテー/コンソメスープ	87.1
29	金	牛乳/ご飯/あじの南蛮漬け/おかか和え/わかめ汁/ももゼリー	114.1

[月間糖質量一覧表 (g)]

2026年5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	金	牛乳/たけのこご飯/さばの塩焼き/煮びたし/すまし汁/子どもの日デパート (柏餅)	64.5	73.8	84.6	92.4	103.1	106.2	108.0
7	木	牛乳/ご飯/コロケ/きんぴら/若竹汁	67.2	76.6	87.7	95.5	106.6	109.9	124.0
8	金	牛乳/麦ご飯/中華丼/きびなごのから揚げ/もやしのナムル	60.8	69.9	80.2	88.0	98.3	100.9	112.8
11	月	牛乳/パン/鶏肉のガーリック焼き/ジャマズナップえんどう/ミネストロー ネスープ/河内晩柑	59.0	60.6	79.8	79.8	91.0	94.2	101.3
12	火	牛乳/ご飯/さわらの梅みそ焼き/すろっぽ/豚汁	64.1	73.4	84.1	91.9	102.6	105.6	117.0
13	水	牛乳/パン/ハンバーグ/大根サラダ/チンゲン菜のスープ	57.6	59.1	78.1	78.1	89.1	92.1	100.4
14	木	牛乳/ご飯/いわしの竜田揚げ/アーモンド煮びたし/かきたま汁	58.3	67.2	77.3	85.1	95.1	97.4	107.0
15	金	牛乳/ご飯/さけの若草焼き/ちりめん入り野菜の炒め物/沢煮椀	54.3	62.9	72.5	80.3	89.8	91.7	102.4
18	月	牛乳/パン/鶏肉のハーブ焼き/ツナと野菜のソテー/ABCスープ/パテチョコ	58.8	60.4	79.6	79.6	90.8	93.9	99.7
19	火	牛乳/ご飯/揚げぎょうざ/粉ふき芋/豆腐の中華煮	70.1	79.7	91.1	98.9	110.3	114.0	124.3
20	水	牛乳/パン/ホキのケチャップソースかけ/グリーンサラダ/はるさめスープ	62.3	64.1	83.7	83.7	95.3	98.8	107.5
21	木	牛乳/ご飯/チキンカレー/ゆで卵/アスパラ入り野菜ソテー	68.0	77.5	88.7	96.5	107.7	111.1	123.2
22	金	牛乳/ご飯/いかのさらさ揚げ/切干大根のオスターソース炒め/田舎汁	69.4	78.9	90.3	98.1	109.4	113.0	125.5
25	月	牛乳/減量パン/ウインナー/もやしとコーンのソテー/ジュリアンスープ/ ミルクドーナツ	58.8	60.3	79.5	79.5	90.7	93.8	98.8
26	火	牛乳/ご飯/ちくわの磯辺揚げ/こんにやくソテー/けんちん汁	66.3	75.7	86.7	94.5	105.5	108.7	116.2
27	水	牛乳/パン/オムレツ/ひじき入り甘酢炒め/ポークビーンズ	65.1	67.1	87.0	87	98.9	102.8	111.8
28	木	牛乳/ご飯/ざんき/磯香和え/具沢山 ^ハ イ ^ハ みそ汁 5月	65.3	74.6	85.5	93.3	104.1	107.3	118.9
29	金	牛乳/ご飯/豚肉のしょうが焼き/じゃが芋のきんぴら/はんぺん汁/のりの 佃煮	64.5	73.8	84.6	92.4	103.1	106.2	117.3