

[月間糖質量一覧表 (g)]

2025年2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
3	月	牛乳/ご飯/いわしの竜田揚げ/ごま酢和え/のっぺい汁/節分豆	59.2	68.1	78.3	86.1	96.2	98.6
4	火	牛乳/パン/鶏肉のガーリック焼き/ブロッコリーのソテー/野菜スープ	49.2	50.3	68.3	68.3	78.3	80.4
5	水	牛乳/ご飯/ひじきと野菜の豆腐揚げ/ごぼうサラダ/はんぺん汁	60.8	69.9	80.2	88.0	98.3	100.9
6	木	牛乳/麦ご飯/チキンカレー/ウインナー/グリーンサラダ	65.2	74.5	85.4	93.2	104.0	107.1
7	金	牛乳/パン/サーモンフライ/ナッツ入り野菜ソテー/煮込みスープ/ブルーベリージャム	65.9	67.9	87.9	87.9	99.9	103.9
10	月	牛乳/ご飯/揚げ餃子/ハリハリサラダ/厚揚げの味噌炒め	67.6	77.1	88.2	96.0	107.1	110.5
12	水	牛乳/ご飯/さわらの照り焼き/白菜と沢庵の煮びたし/沢煮椀/小魚アーモンド	55.6	64.4	74.1	81.9	91.6	93.6
13	木	牛乳/ご飯/ホキの磯辺揚げ/ゆかり和え/肉じゃが	70.7	80.4	91.9	99.7	111.2	114.9
14	金	牛乳/パン/チーズオムレツ/野菜ソテー/コンソメスープ/ぼんかん	53.2	54.5	73.0	73	83.5	86.0
17	月	牛乳/ご飯/親子丼/ししゃものから揚げ/水菜とツナの煮びたし	61.3	70.4	80.8	88.6	99.0	101.6
18	火	牛乳/パン/ハムステーキ/もやしとコーンのサラダ/チリコンカン	67.1	69.2	89.3	89.3	101.4	105.6
19	水	牛乳/ご飯/あじフライ/卵の花炒め/豚汁	68.4	77.9	89.1	96.9	108.1	111.6
20	木	牛乳/ジュース/春巻き/にんじんしりしり/もずくと卵のスープ/マンゴープリン	68.9	78.4	89.7	97.5	108.8	112.3
21	金	牛乳/パン/鮭のムニエル/さつま芋のサラダ/1食用卵不使用マヨネーズ/チンゲン菜のスープ	55.5	56.9	75.7	75.7	86.5	89.2
25	火	牛乳/パン/豚肉の甘だれかけ/じゃが芋のソテー/トックスープ	62.8	64.7	84.3	84.3	95.9	99.6
26	水	牛乳/ご飯/鶏肉のから揚げ/しらす和え/わかめ汁	58.7	67.6	77.7	85.5	95.6	97.9
27	木	牛乳/ご飯/さばの塩焼き/ひじきの炒め煮/みそ汁/ふりかけ	59.9	68.9	79.1	86.9	97.1	99.6
28	金	牛乳/パン/ささみフライ/ドレッシングサラダ/冬野菜のシチュー	62.5	64.3	83.9	83.9	95.5	99.1

[月間糖質量一覽表 (g)]

2025年2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
3	月	牛乳/パン/小いわしのソース和え/ブロッコリーのソテー/野菜スープ/ 節分豆	97.0
4	火	牛乳/ご飯/ひじきと野菜の豆腐揚げ/ごま酢和え/のっぺい汁	108.2
5	水	牛乳/ご飯/鶏肉の生姜焼き/卵の花炒め/豚汁	112.0
6	木	牛乳/パン/サーモンフライ/ナッツ入り野菜ソテー/煮込みスープ	103.2
7	金	牛乳/麦ご飯/チキンカレー/ウインナー/グリーンサラダ	124.9
10	月	牛乳/パン/さわらのコチュジャン焼き/じゃが芋のソテー/トックスープ	105.1
12	水	牛乳/ご飯/鶏肉のから揚げ/おかか和え/豆腐汁	103.9
13	木	牛乳/パン/ツナオムレツ/野菜ソテー/コンソメスープ/パテチョコ	99.8
14	金	牛乳/ご飯/ホキの磯辺揚げ/白菜と沢庵の煮びたし/肉じゃが	125.2
17	月	牛乳/パン/ハムステーキ/もやしとコーンのサラダ/チリコンカン	111.7
18	火	牛乳/ご飯/親子丼/ししゃものから揚げ/水菜とツナの煮びたし	106.1
19	水	牛乳/ご飯/さばの香味焼き/きんぴら/はんぺん汁/ぼんかん	109.8
20	木	牛乳/パン/さけのムニエル/さつま芋のサラダ/1食用卵不使用マヨネーズ/ チンゲン菜のスープ	96.1
21	金	牛乳/ジュース/春巻き/にんじんしりしり/もずくと卵のスープ/ マンゴープリン	117.8
25	火	牛乳/ご飯/揚げぎょうざ/大根サラダ/厚揚げの味噌炒め	118.2
26	水	牛乳/ご飯/さわらの照り焼き/ごま煮びたし/沢煮椀/小魚アーモンド	99.3
27	木	牛乳/パン/ささみフライ/ドレッシングサラダ/冬野菜のシチュー	105.8
28	金	牛乳/ご飯/さばの塩焼き/ひじきの炒め煮/みそ汁	106.3

[月間糖質量一覧表 (g)]

2025年2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
3	月	牛乳/パン/鶏肉のガーリック焼き/アーモンドソテー/根菜のスープ煮	56	57.5	76.3	76.3	87	90	98
4	火	牛乳/ご飯/いわしの蒲焼き風/ごま煮びたし/のっぺい汁/節分豆	64	73.0	83.7	91.5	102	105	114
5	水	牛乳/パン/さわらのコチュジャン焼き/切干大根のオイスターソース炒め/ トックスープ	56	57.3	76.1	76.1	87	90	98
6	木	牛乳/麦ご飯/ビーンズカレー/ゆで卵/ドレッシングサラダ	69	78.9	90.2	98.0	109	113	125
7	金	牛乳/ご飯/ぶりのネギ照りソースかけ/ほうれん草のおひたし/いろどりス ープ	62	70.9	81.4	89.2	100	102	113
10	月	牛乳/パン/ささみのレモンソースかけ/バターポテト/ジュリアンスープ	59	60.7	79.9	79.9	91	94	106
12	水	牛乳/パン/オムレツ/グリーンサラダ/チリコンカン	62	63.8	83.3	83.3	95	98	106
13	木	牛乳/ご飯/あじの竜田揚げ/卵の花炒め/豚汁	65	74.0	84.8	92.6	103	106	119
14	金	牛乳/ご飯/焼きししゃも/キャベツの甘酢炒め/高野豆腐の卵とじ	64	72.9	83.6	91.4	102	105	116
17	月	牛乳/パン/鶏肉のケチャップ炒め/大根サラダ/チンゲン菜のスープ	58	59.2	78.2	78.2	89	92	101
18	火	牛乳/ご飯/シュウマイ/野菜ソテー/厚揚げと豚肉のみそ炒め	65	74.6	85.5	93.3	104	107	118
19	水	牛乳/パン/さけのムニエル/じゃが芋のソテー/白菜スープ/ ブルーベリージャム	68	70.1	90.4	90.4	103	107	113
20	木	牛乳/ジュース/春巻き/にんじんしりしり/もずくと卵のスープ/ マンゴープリン	67	76.7	87.8	95.6	107	110	111
21	金	牛乳/ご飯/さばの塩焼き/ゆかり和え/じゃが芋のそぼろ煮	67	76.3	87.4	95.2	106	110	122
25	火	牛乳/ご飯/厚揚げの甘酢あんかけ/おかか和え/ふし汁	66	75.6	86.6	94.4	105	109	120
26	水	牛乳/パン/鶏肉のトマトソースかけ/ナッツ入り野菜ソテー/ポテトスープ/ 伊予柑	58	59.1	78.1	78.1	89	92	99
27	木	牛乳/ご飯/ホキの磯辺揚げ/大豆の磯煮/具だくさんみそ汁	64	73.5	84.3	92.1	103	106	118
28	金	牛乳/麦ご飯/衣笠井/きびなごのから揚げ/こんにゃくソテー	61	69.9	80.3	88.1	98	101	112