

[月間糖質量一覧表 (g)]

2025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
3	月	牛乳/梅ゆかりご飯/鶏肉のごま焼き/かにかま入り煮びたし/魚そうめん汁/ ひなあられ	59.4	68.4	78.6	86.4	96.5	99.0
4	火	牛乳/パン/ホキフライ/粉ふき芋/白菜スープ	58.7	60.2	79.4	79.4	90.5	93.7
5	水	牛乳/ご飯/親子丼/きびなごから揚げ/のり酢和え	59.7	68.7	78.9	86.7	96.9	99.3
6	木	牛乳/ご飯/揚げシューマイ/はるさめサラダ/豆腐の中華煮	66.7	76.2	87.2	95.0	106.0	109.3
7	金	牛乳/パン/クリスピーチキン/野菜ソテー/ABCスープ	55.1	56.5	75.2	75.2	85.9	88.6
10	月	牛乳/ご飯/あじフライ/ゆず酢和え/ふしめん汁	63.8	73.0	83.7	91.5	102.2	105.1
11	火	牛乳/パン/さわらのハーブ焼き/ジャーマンポテト/野菜スープ	51.8	53.0	71.3	71.3	81.6	84.0
12	水	牛乳/ご飯/ハンバーグ/きんぴら/みそ汁	71.1	80.7	92.3	100.1	111.6	115.4
13	木	牛乳/麦ご飯/カツカレー/ヒレカツ/カラフルサラダ/お祝いデザート(さくらの ジュレ)	79.8	89.9	102.5	110.3	122.8	127.7
14	金	牛乳/パン/ささみのピカタ/じゃが芋のソテー/ジュリアンスープ	54.2	55.5	74.1	74.1	84.7	87.3
17	月	牛乳/ご飯/さわらのみりん焼き/おかか入り煮びたし/けんちん汁/せとか	57.5	66.3	76.3	84.1	94.0	96.2
18	火	牛乳/パン/チキンカツ/もやしとコーンのソテー/ポークビーンズ	68.8	71.0	91.3	91.3	103.6	108.0
19	水	牛乳/ご飯/さけのざんき/昆布煮びたし/どさんこ汁	61.8	70.9	81.4	89.2	99.6	102.3
21	金	牛乳/パン/ウインナー/きのこ野菜のソテー/コーンチャウダー	59.3	60.9	80.1	80.1	91.3	94.5

[月間糖質量一覧表 (g)]

2025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
3	月	牛乳/パン/ホキフライ/カラフルサラダ/ビーフシチュー/お祝デザート(さくらのジュレ)	120.8
4	火	牛乳/梅ゆかりご飯/鶏肉のごま焼き/かにかま和え/魚そうめん汁	100.8
5	水	牛乳/ご飯/ハンバーグ/きんぴら/みそ汁	118.9
6	木	牛乳/パン/クリスピーチキン/もやしのソテー/煮込みスープ	100.0
7	金	牛乳/ご飯/揚げシュウマイ/はるさめサラダ/豆腐の中華煮	115.6
10	月	牛乳/パン/ウインナー/きのこ野菜のソテー/コーンチャウダー	101.9
11	火	牛乳/ご飯/あじフライ/ゆかり和え/ふしめん汁	109.4
12	水	牛乳/ご飯/さけのざんき/昆布和え/どさんこ汁	110.9
13	木	牛乳/パン/ささみのピカタ/じゃが芋のソテー/ジュリアンスープ/パテチョコ	104.9
14	金	牛乳/ご飯/高野豆腐のから揚げ/甘酢和え/わかめ汁	109.8
18	火	牛乳/ご飯/さわらのみりん焼き/おかか入り煮びたし/けんちん汁/せとか	101.2
19	水	牛乳/ご飯/親子丼/さばの塩こうじ焼き/磯香和え	105.4
21	金	牛乳/麦ご飯/カツカレー/ヒレカツ/ドレッシングサラダ	135.3

[月間糖質量一覧表 (g)]

2025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
3	月	牛乳/ちらし寿司/塩からあげ/菜の花入り煮びたし/はんぺん汁/ ひなあられ(小学校のみ)/お祝いゼリー(中学校のみ)	60.7	69.8	80.1	87.9	98.2	100.8	111.4
4	火	牛乳/ご飯/さばの香味焼き/アーモンド炒め/田舎汁	63.2	72.4	83.0	90.8	101.4	104.3	115.7
5	水	牛乳/パン/ツナオムレツ/キャベツのソテー/ポークビーンズ	64.0	65.9	85.7	85.7	97.5	101.2	109.4
6	木	牛乳/ご飯/鶏肉の生姜焼き/ごぼうサラダ/沢煮椀	56.5	65.3	75.1	82.9	92.7	94.8	105.8
7	金	牛乳/ご飯/揚げぎょうざ/もやしのナムル/豆腐の中華煮	64.8	74.1	84.9	92.7	103.5	106.5	116.1
10	月	牛乳/パン/鶏肉のコチュジャン焼き/じゃが芋のソテー/はるさめスープ	60.2	61.9	81.2	81.2	92.5	95.8	104.3
11	火	牛乳/わかめご飯/きびなごのサクサク揚げ/大豆の磯煮/かきたま汁	65.0	74.4	85.2	93.0	103.8	106.9	119.0
12	水	牛乳/パン/ささみのオレンジソースかけ/グリーンサラダ/コーンチャウダー	65.2	67.2	87.1	87.1	99.0	102.9	116.2
13	木	牛乳/ご飯/さわらの味醂焼き/きんぴら/豚汁	64.6	73.9	84.7	92.5	103.3	106.3	117.9
14	金	牛乳/麦ご飯/カレー/ゆで卵/切干大根のさっぱり炒め	75.1	85.0	97.0	104.8	116.8	121.1	134.2
17	月	牛乳/パン/ウインナー/大根サラダ/スパゲティナーポリタン	69.6	71.9	92.3	92.3	104.7	109.2	
18	火	牛乳/ご飯/さけのざんぎ/昆布煮びたし/道産子汁	63.9	73.1	83.8	91.6	102.3	105.2	116.9
19	水	牛乳/パン/クリスピーチキン/もやしとコーンのソテー/白菜スープ	56.0	57.5	76.3	76.3	87.1	90.0	97.6
21	金	牛乳/ご飯/高野豆腐のそぼろかけ/竹輪の磯辺揚げ/ごま和え/ お祝いゼリー(小学校のみ)	69.4	78.9	90.3	98.1	109.4	113.0	110.8