

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日																														
<p>ご入学・ご進級 おめでとうございます!</p>	<p>9日 きよみタンゴール</p> <p>赤 とりにく トリにク</p> <p>黄 こめ じゃがいも マカロニ あぶら さとう</p> <p>緑 にんじん キャベツ パセリ セロリ たまねぎ トマトピューレー きよみタンゴール</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 574kcal</td><td>22.9g</td></tr> <tr><td>中 720kcal</td><td>28.3g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 574kcal	22.9g	中 720kcal	28.3g	<p>10日 キャベツのおひたし</p> <p>赤 とりにく わかめ えび</p> <p>黄 こめ もちむぎ うどん さとう あぶら</p> <p>緑 しいたけ にんじん ねぎ さやいんげん かぼちゃ キャベツ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 565kcal</td><td>20.8g</td></tr> <tr><td>中 718kcal</td><td>25.6g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 565kcal	20.8g	中 718kcal	25.6g	<p>11日 フレンチサラダ</p> <p>赤 とりにく だいず きなこ</p> <p>黄 パン あぶら じゃがいも さとう くるごとう</p> <p>緑 しめじ グリーンピース にんじん たまねぎ きゅうり キャベツ みかんジュース</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 590kcal</td><td>25.6g</td></tr> <tr><td>中 735kcal</td><td>31.4g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 590kcal	25.6g	中 735kcal	31.4g	<p>12日 味めぐり…愛媛県 しそひじきあえ</p> <p>赤 とりにく たい ひじき</p> <p>黄 パン あぶら じゃがいも さとう くるごとう</p> <p>緑 しめじ グリーンピース にんじん たまねぎ きゅうり キャベツ みかんジュース</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 566kcal</td><td>25.8g</td></tr> <tr><td>中 720kcal</td><td>32.3g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 566kcal	25.8g	中 720kcal	32.3g						
エネルギー	たんぱく質																																	
小 574kcal	22.9g																																	
中 720kcal	28.3g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 565kcal	20.8g																																	
中 718kcal	25.6g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 590kcal	25.6g																																	
中 735kcal	31.4g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 566kcal	25.8g																																	
中 720kcal	32.3g																																	
<p>15日</p> <p>赤 とりにく にぼし</p> <p>黄 こめ もちむぎ くるごとう あぶら じゃがいも</p> <p>緑 にんにく えだまめ にんじん たまねぎ こまつな キャベツ コーン</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 620kcal</td><td>23.5g</td></tr> <tr><td>中 785kcal</td><td>27.9g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 620kcal	23.5g	中 785kcal	27.9g	<p>16日 カラマンダリン</p> <p>赤 とりにく にぼし</p> <p>黄 こめ じゃがいも マカロニ あぶら さとう</p> <p>緑 にんじん キャベツ パセリ セロリ たまねぎ トマトピューレー きよみタンゴール</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 602kcal</td><td>26.3g</td></tr> <tr><td>中 776kcal</td><td>31.5g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 602kcal	26.3g	中 776kcal	31.5g	<p>17日</p> <p>赤 とりにく にぼし</p> <p>黄 こめ じゃがいも マカロニ あぶら さとう</p> <p>緑 にんじん キャベツ パセリ セロリ たまねぎ トマトピューレー きよみタンゴール</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 580kcal</td><td>23.2g</td></tr> <tr><td>中 729kcal</td><td>30.0g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 580kcal	23.2g	中 729kcal	30.0g	<p>18日</p> <p>赤 とりにく だいず きなこ</p> <p>黄 パン あぶら じゃがいも さとう くるごとう</p> <p>緑 しめじ グリーンピース にんじん たまねぎ きゅうり キャベツ みかんジュース</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 613kcal</td><td>23.1g</td></tr> <tr><td>中 781kcal</td><td>35.5g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 613kcal	23.1g	中 781kcal	35.5g	<p>19日</p> <p>赤 とりにく だいず きなこ</p> <p>黄 パン あぶら じゃがいも さとう くるごとう</p> <p>緑 しめじ グリーンピース にんじん たまねぎ きゅうり キャベツ みかんジュース</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 570kcal</td><td>23.1g</td></tr> <tr><td>中 765kcal</td><td>31.9g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 570kcal	23.1g	中 765kcal	31.9g
エネルギー	たんぱく質																																	
小 620kcal	23.5g																																	
中 785kcal	27.9g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 602kcal	26.3g																																	
中 776kcal	31.5g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 580kcal	23.2g																																	
中 729kcal	30.0g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 613kcal	23.1g																																	
中 781kcal	35.5g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 570kcal	23.1g																																	
中 765kcal	31.9g																																	
<p>22日</p> <p>赤 とりにく にぼし</p> <p>黄 こめ じゃがいも マカロニ あぶら さとう</p> <p>緑 にんじん キャベツ パセリ セロリ たまねぎ トマトピューレー きよみタンゴール</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 611kcal</td><td>31.3g</td></tr> <tr><td>中 781kcal</td><td>38.9g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 611kcal	31.3g	中 781kcal	38.9g	<p>23日 とれたて感謝の日…春キャベツのポトフ</p> <p>赤 とりにく だいず ひじき</p> <p>黄 こめ じゃがいも マカロニ あぶら さとう</p> <p>緑 にんじん キャベツ パセリ セロリ たまねぎ トマトピューレー きよみタンゴール</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 606kcal</td><td>28.1g</td></tr> <tr><td>中 775kcal</td><td>36.1g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 606kcal	28.1g	中 775kcal	36.1g	<p>24日</p> <p>赤 とりにく だいず ひじき</p> <p>黄 こめ じゃがいも マカロニ あぶら さとう</p> <p>緑 にんじん キャベツ パセリ セロリ たまねぎ トマトピューレー きよみタンゴール</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 561kcal</td><td>21.3g</td></tr> <tr><td>中 728kcal</td><td>26.4g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 561kcal	21.3g	中 728kcal	26.4g	<p>25日</p> <p>赤 とりにく だいず きなこ</p> <p>黄 パン あぶら じゃがいも さとう くるごとう</p> <p>緑 しめじ グリーンピース にんじん たまねぎ きゅうり キャベツ みかんジュース</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 609kcal</td><td>28.0g</td></tr> <tr><td>中 762kcal</td><td>34.4g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 609kcal	28.0g	中 762kcal	34.4g	<p>26日 行事食…入学・進級お祝い(松山鮎)</p> <p>赤 とりにく だいず きなこ</p> <p>黄 パン あぶら じゃがいも さとう くるごとう</p> <p>緑 しめじ グリーンピース にんじん たまねぎ きゅうり キャベツ みかんジュース</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 626kcal</td><td>23.0g</td></tr> <tr><td>中 754kcal</td><td>31.1g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 626kcal	23.0g	中 754kcal	31.1g
エネルギー	たんぱく質																																	
小 611kcal	31.3g																																	
中 781kcal	38.9g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 606kcal	28.1g																																	
中 775kcal	36.1g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 561kcal	21.3g																																	
中 728kcal	26.4g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 609kcal	28.0g																																	
中 762kcal	34.4g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 626kcal	23.0g																																	
中 754kcal	31.1g																																	
<p>令和6年度も食材価格高騰分を 松山市が負担し、 児童生徒の給食費は据え置きます</p> <p>近年の物価高騰により、学校給食用食材も値上がりしていますが、松山市が値上がり分を負担し、保護者の皆様の経済的負担を増やすことなく、栄養バランスと量が保たれた給食を引き続き提供します。</p>	<p>30日 とれたて感謝の日…磯煮</p> <p>赤 とりにく だいず ひじき</p> <p>黄 こめ じゃがいも マカロニ あぶら さとう</p> <p>緑 にんじん キャベツ パセリ セロリ たまねぎ トマトピューレー きよみタンゴール</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 580kcal</td><td>24.8g</td></tr> <tr><td>中 758kcal</td><td>31.7g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 580kcal	24.8g	中 758kcal	31.7g	<p>旬の魚・野菜・果物</p> <p>『たけのこご飯』は、旬のたけのこを使った春の代表的な料理です。愛媛県で栽培されるたけのこは、ほとんどが孟宗竹という品種で、松山市湯山地区で採れるものが有名です。昔、宮本右衛門という人が京都から持ち帰って植えたのが始まりといわれています。新鮮なものは、身がやわらかくえぐみが少なく、甘みのあるうま味と、シャキシャキした歯ごたえが特徴です。</p>		<p>旬の魚・野菜・果物</p> <p>はるキャベツ レタス たけのこ カラマンダリン きよみタンゴール</p>																								
エネルギー	たんぱく質																																	
小 580kcal	24.8g																																	
中 758kcal	31.7g																																	

松山市学校給食の
今月の主な食品の予定産地

豚肉(鶏肉(愛媛) たい(愛媛) さば(ノルウェー) ホキ(ニュージーランド) ししゃも(アイスランド) いか(ペルー・チリ) えび(インドネシア) 豆腐・厚揚げ(カナダ・愛知) あげ(カナダ・アメリカ) 平天(北海道・アメリカ) 大豆(北海道) 押もち麦(愛媛) ひじき(松山) のり(佐賀) じゃがいも(北海道・鹿児島・長崎・愛媛) こまつな(愛媛・福岡・徳島・広島・茨城) キャベツ(愛媛・熊本・徳島・愛知・鹿児島・松山) きゅうり(愛媛・高知・宮崎・熊本) たまねぎ(松山・北海道・愛媛) にんじん(徳島・鹿児島・長崎) ごぼう(岡山・宮崎・青森・北海道・熊本) だいこん(熊本・長崎・香川・大分・徳島・鹿児島・福岡) パセリ(香川・徳島・愛媛) 清見タンゴール(愛媛) カラマンダリン(愛媛) えのき茸(愛媛・宮崎) しめじ(香川・福岡) たけのこ(愛媛) しいたけ(三重) きくらげ(愛媛) マッシュルーム(千葉) わかめ(宮城) こんぶ(北海道)

※ (小)は小学校のみ、(中)は中学校のみ使用する食品を記載しています。
赤 (あか) … 赤のグループ【血や筋肉や骨をつくる食品】
黄 (き) … 黄のグループ【熱や力のもとになる食品】
緑 (みどり) … 緑のグループ【からだの調子をととのえる食品】

味めぐり…日本の味めぐり献立
旬…旬の食材を生かした献立
とれたて感謝の日…松山産の食材を生かした献立

※ 食材の都合で献立を変更することがあります。
※ 保護者の皆様へ…食物アレルギーなどの心配のある方は、献立(材料)の確認をしてください。また、不明な点がありましたら、学校を通して担当調理場にご相談ください。
※ 松山市学校給食のホームページ … http://www.city.matsuyama.ehime.jp/kurashi/kosodate/kyuusyoku/gakkoukyuusyoku.html

