

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日	
<p><b>2日</b></p> <p>エネルギー たんぱく質 小 5.65kcal 2.8. 7g 中 7.27kcal 3.5. 7g</p>	<p><b>3日</b></p> <p>エネルギー たんぱく質 小 5.74kcal 2.6. 2g 中 7.15kcal 3.2. 5g</p>	<p><b>4日</b></p> <p>エネルギー たんぱく質 小 5.70kcal 2.3. 2g 中 7.19kcal 2.7. 6g</p>	<p><b>5日</b></p> <p>エネルギー たんぱく質 小 5.74kcal 2.4. 7g 中 7.33kcal 3.0. 8g</p>	<p><b>6日 行事食…秋まつり(松山鮭)</b></p> <p>エネルギー たんぱく質 小 5.65kcal 2.4. 6g 中 7.16kcal 3.0. 7g</p>	<p><b>9日</b></p> <p style="text-align: center; font-size: 2em; font-weight: bold;">スポーツの日</p>	<p><b>10日 味めぐり…三重県</b></p> <p>エネルギー たんぱく質 小 5.99kcal 2.6. 8g 中 7.63kcal 3.3. 7g</p>	<p><b>11日</b></p> <p>エネルギー たんぱく質 小 6.25kcal 2.6. 9g 中 7.84kcal 3.2. 8g</p>	<p><b>12日</b></p> <p>エネルギー たんぱく質 小 6.47kcal 2.8. 8g 中 8.06kcal 3.5. 9g</p>	<p><b>13日</b></p> <p>エネルギー たんぱく質 小 5.58kcal 2.4. 3g 中 7.21kcal 3.0. 9g</p>
<p><b>16日</b></p> <p>エネルギー たんぱく質 小 5.75kcal 2.5. 3g 中 7.42kcal 3.2. 0g</p>	<p><b>17日</b></p> <p>エネルギー たんぱく質 小 6.26kcal 2.7. 4g 中 7.72kcal 3.4. 5g</p>	<p><b>18日</b></p> <p>エネルギー たんぱく質 小 6.14kcal 2.7. 6g 中 7.68kcal 3.4. 4g</p>	<p><b>19日</b></p> <p>エネルギー たんぱく質 小 6.14kcal 2.7. 6g 中 8.20kcal 3.0. 1g</p>	<p><b>20日</b></p> <p>エネルギー たんぱく質 小 6.39kcal 2.3. 8g 中 8.20kcal 3.0. 1g</p>					
<p><b>23日 旬…さけのてんぷら</b></p> <p>エネルギー たんぱく質 小 6.05kcal 2.9. 4g 中 7.72kcal 3.6. 3g</p>	<p><b>24日</b></p> <p>エネルギー たんぱく質 小 5.96kcal 2.7. 4g 中 7.43kcal 3.3. 9g</p>	<p><b>25日</b></p> <p>エネルギー たんぱく質 小 6.13kcal 2.2. 0g 中 7.57kcal 2.6. 2g</p>	<p><b>26日</b></p> <p>エネルギー たんぱく質 小 5.93kcal 2.7. 9g 中 7.43kcal 3.4. 2g</p>	<p><b>27日</b></p> <p>エネルギー たんぱく質 小 6.03kcal 2.3. 0g 中 7.64kcal 2.8. 8g</p>					
<p><b>30日</b></p> <p>エネルギー たんぱく質 小 5.97kcal 2.1. 3g 中 7.54kcal 2.6. 5g</p>	<p><b>31日</b></p> <p>エネルギー たんぱく質 小 6.02kcal 2.8. 5g 中 7.56kcal 3.5. 5g</p>	<p style="text-align: center;"><b>旬の魚・野菜・果物</b></p>							

松山市学校給食の 今日のお昼の食品の予定産地

豚肉(愛媛) 鶏肉(愛媛) たい(愛媛) さけ(北海道) さば(ノルウェー) いわし(鹿児島) ホキ(ニュージーランド) いか(ペルー・チリ) えび(インドネシア) 豆腐(厚揚げ(カナダ・日本) 油あげ(カナダ・アメリカ) かまぼこ(平天・ちくわ(北海道・アメリカ) 大豆(北海道) 押し麦(愛媛) たけのこ(愛媛) じゃがいも(北海道) さつまいも(徳島・熊本・鹿児島・千葉・茨城) さといも(九州) にんじん(北海道・青森・長崎) キャベツ(愛媛・熊本・長野・群馬) 愛知) きゅうり(愛媛・高知) 宮崎・熊本(群馬) だいこん(北海道・青森・熊本・愛媛) たまねぎ(北海道) こまつな(愛媛・福岡・徳島・茨城・広島・群馬) はくさい(長野・愛媛・大分・徳島・茨城) くり(愛媛・熊本・茨城) なし(大分・福岡・熊本・新潟) りんご(青森・長野・山形) えのきたけ(愛媛・宮崎・長野・熊本) しめじ(香川・福岡) エリンギ(香川・福岡・広島) しいたけ(三重) きくらげ(松山) わかめ(宮城・岩手) ひじき(松山) のり(香川・愛媛)

※ (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べ物】  
 ※ 黄(き) … 黄のグループ【熱や力のもととなる食べ物】  
 ※ 緑(みどり) … 緑のグループ【からだの調子をととのえる食べ物】

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

※ 週に1回程度みかんジュースがつかえます。  
 ※ 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/gakkoukyusyoku.html

<松山市HP>

