



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
10日 <p>せいじんひ 成人の日</p>	11日 <p>ささみのホイルむし</p>	12日 <p>まめパン</p>	13日 行事食…正月(きんどん) <p>えびのこみあげ</p>	14日 <p>しょうゆドレッシングサラダ</p>
17日 <p>めひかりのフライ</p>	18日 <p>ほうれんそうのナムル</p>	19日 <p>かにピラフ</p>	20日 <p>チーズ ホキのケチャップいため</p>	21日 <p>ポイル キャベツ</p>
24日 <p>ひじきサラダ</p>	25日 味めぐり…愛媛県 <p>なます</p>	26日 <p>ほうれんそうのおひたし</p>	27日 <p>あまづつけ</p>	28日 <p>えひめけんさんこむぎこをブレンドしたパンです。</p>
31日 <p>とりにくのあまからに</p>	旬の魚・野菜・果物 <p>かに, カリフラワー, はくさい, ほうかん, しょうゆ, ブロッコリー, はれひめ</p>			

牛肉(北海道・愛媛・九州) 豚肉(愛媛) 鶏肉(愛媛) かに(鳥取) めひかり(宮崎) たい(愛媛) いか(南米) ホキ(ニュージーランド) えび(インドネシア) 豆腐・厚揚げ(カナダ) あげ(カナダ・アメリカ・愛媛) 平天(北海道) 大豆(北海道) 小まつな(愛媛・福岡・徳島・鳥取) テンゲン菜(徳島・福岡・熊本) ほうれん草(愛媛・徳島) ブロッコリー(愛媛・香川・徳島) カリフラワー(熊本・愛媛・徳島・岡山) ごぼう(北海道・青森・岡山) 白菜(愛媛) きゅうり(愛媛・高知・宮崎・熊本) じゃがいも(北海道・松山・愛媛・長崎) さつまいも(徳島・熊本・鹿児島・千葉) たまねぎ(北海道) たけのこ(愛媛) はれひめ(愛媛) ポンカン(愛媛) いちご(愛媛・熊本) きくらげ(愛媛) ひじき(松山) しいたけ(日本) わかめ(日本)

※ (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
 旬…旬の食材を生かした献立
 …南調理場独自献立
 ※ 食材の都合で献立を変更することがあります。
 ※ 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。
 ※ 松山市の学校給食のホームページ… <http://www.city.matsuyama.ehime.jp/kurashi/kosodate/kyuusyoku/gakkoukyusyoku.html>