

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日																															
<div>にゅうがく しんぎゅう ご入学・ご進級 おめでとうございます!</div> <div></div>		<div>9日</div> <div></div> <table><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	<div>ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく ホキ こめ あぶら さとう でんぶん</div> <div>赤 黄 緑</div>	<div>10日</div> <div></div> <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 590kcal</td><td>23.3g</td></tr><tr><td>中 755kcal</td><td>28.4g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	小 590kcal	23.3g	中 755kcal	28.4g	<div>ぎゅうにゅう ベーコン だいず ぶたにく こめ ごまあぶら あぶら くろざとう じゃがいも さとう たまねぎ にんじん にんにく トマトピューレー コーン きゅうり キャベツ</div> <div>赤 黄 緑</div>	<div>11日</div> <div></div> <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 563kcal</td><td>20.0g</td></tr><tr><td>中 711kcal</td><td>24.4g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	小 563kcal	20.0g	中 711kcal	24.4g	<div>ぎゅうにゅう とりにく わかめ えび こめ もちむぎ うどん さとう あぶら しいたけ にんじん ねぎ さやいんげん かぼちゃ カラマンドリン</div> <div>赤 黄 緑</div>	<div>12日</div> <div></div> <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 573kcal</td><td>25.0g</td></tr><tr><td>中 715kcal</td><td>30.7g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	小 573kcal	25.0g	中 715kcal	30.7g	<div>ぎゅうにゅう とうにゅう だいにず とりにく きなこ パン あぶら じゃがいも さとう くろざとう 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</div> <div>赤 黄 緑</div>						
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 590kcal	23.3g																																						
中 755kcal	28.4g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 563kcal	20.0g																																						
中 711kcal	24.4g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 573kcal	25.0g																																						
中 715kcal	30.7g																																						
<div>15日 味めぐり…愛媛県</div> <div></div> <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 560kcal</td><td>25.8g</td></tr><tr><td>中 712kcal</td><td>32.0g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	小 560kcal	25.8g	中 712kcal	32.0g	<div>ぎゅうにゅう あげ とりにく とうふ こめ さとう あぶら でんぶん</div> <div>赤 黄 緑</div>	<div>16日 とれたて感謝の日…徳島</div> <div></div> <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 565kcal</td><td>24.5g</td></tr><tr><td>中 737kcal</td><td>31.4g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	小 565kcal	24.5g	中 737kcal	31.4g	<div>ぎゅうにゅう ひじき あげ とりにく がら(ししゃも(か'リン)) こめ でんぶん あぶら さとう こんにやく さやいんげん にんじん きゅうり すだち キャベツ</div> <div>赤 黄 緑</div>	<div>17日</div> <div></div> <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 613kcal</td><td>27.9g</td></tr><tr><td>中 781kcal</td><td>34.7g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	小 613kcal	27.9g	中 781kcal	34.7g	<div>ぎゅうにゅう だいず ぶたにく チーズ こめ ひめむぎパン あぶら さとう スパゲティ マッシュルーム にんじん ピーマン たまねぎ きゅうり キャベツ</div> <div>赤 黄 緑</div>	<div>18日</div> <div></div> <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 574kcal</td><td>23.2g</td></tr><tr><td>中 770kcal</td><td>31.9g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	小 574kcal	23.2g	中 770kcal	31.9g	<div>ぎゅうにゅう ぶたにく あげとうふ (中)なっとう こめ あぶら さとう でんぶん じゃがいも グリーンピース にんじん たまねぎ こまつな キャベツ えのきたけ</div> <div>赤 黄 緑</div>	<div>19日</div> <div></div> <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 612kcal</td><td>24.7g</td></tr><tr><td>中 772kcal</td><td>30.2g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	小 612kcal	24.7g	中 772kcal	30.2g	<div>ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく こめ さとう あぶら でんぶん じゃがいも ごぼう もやし こまつな ねぎ にんじん はくさい しょうが きよみタンゴール</div> <div>赤 黄 緑</div>
エネルギー	たんぱく質																																						
小 560kcal	25.8g																																						
中 712kcal	32.0g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 565kcal	24.5g																																						
中 737kcal	31.4g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 613kcal	27.9g																																						
中 781kcal	34.7g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 574kcal	23.2g																																						
中 770kcal	31.9g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 612kcal	24.7g																																						
中 772kcal	30.2g																																						
<div>22日</div> <div></div> <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 560kcal</td><td>22.8g</td></tr><tr><td>中 714kcal</td><td>28.5g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	小 560kcal	22.8g	中 714kcal	28.5g	<div>ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく こめ いんげんまめ でんぶん さとう ラード にんじん コーン えだまめ パセリ セロリ キャベツ たまねぎ</div> <div>赤 黄 緑</div>	<div>23日</div> <div></div> <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 562kcal</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 562kcal	21.3g	中 728kcal	26.4g	<div>ぎゅうにゅう みそ あげ とうふ こめ じゃがいも でんぶん さとう ねぎ にんじん キャベツ しょうが だいこん きゅうり</div> <div>赤 黄 緑</div>	<div>24日</div> <div></div> <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 579kcal</td><td>28.5g</td></tr><tr><td>中 714kcal</td><td>35.5g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	小 579kcal	28.5g	中 714kcal	35.5g	<div>ぎゅうにゅう ベーコン とりにく パン じゃがいも マカロニ あぶら さとう 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</div> <div>赤 黄 緑</div>	<div>25日 行事食…入学・進級お祝い(松山県)</div> <div></div> <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 592kcal</td><td>24.6g</td></tr><tr><td>中 754kcal</td><td>30.6g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	小 592kcal	24.6g	中 754kcal	30.6g	<div>ぎゅうにゅう たい とうふ ぶたにく こめ さとう でんぶん あぶら しいたけ たけのこ ごぼう にんじん さやいんげん ねぎ しめじ</div> <div>赤 黄 緑</div>	<div>26日 とれたて感謝の日…香キャベツのポトフ</div> <div></div> <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 615kcal</td><td>28.6g</td></tr><tr><td>中 770kcal</td><td>35.4g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	小 615kcal	28.6g	中 770kcal	35.4g	<div>ぎゅうにゅう ポークウインナー いか わかめ こくとうパン じゃがいも あぶら でんぶん さとう パセリ セロリ キャベツ にんじん たまねぎ だいこん こまつな</div> <div>赤 黄 緑</div>
エネルギー	たんぱく質																																						
小 560kcal	22.8g																																						
中 714kcal	28.5g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 562kcal	21.3g																																						
中 728kcal	26.4g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 579kcal	28.5g																																						
中 714kcal	35.5g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 592kcal	24.6g																																						
中 754kcal	30.6g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 615kcal	28.6g																																						
中 770kcal	35.4g																																						
<div>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</div> <div></div> <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>		<div>30日</div> <div></div> <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 607kcal</td><td>23.2g</td></tr><tr><td>中 770kcal</td><td>27.5g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	小 607kcal	23.2g	中 770kcal	27.5g	<div>ぎゅうにゅう とりにく にぼし こめ もちむぎ くろざとう あぶら じゃがいも 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</div> <div>赤 黄 緑</div>	<div>あじ えひめけん 味めぐり【愛媛県】</div> <div>『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あります。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。</div> <div></div>		<div>しゅん さかな やさい くだもの 旬の魚・野菜・果物</div> <div></div> <p>はるキャベツ レタス たけのこ カラマンドリン きよみタンゴール</p>																											
エネルギー	たんぱく質																																						
小 607kcal	23.2g																																						
中 770kcal	27.5g																																						

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) カラマンドリン(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、不明な点がございましたら、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>