



Main menu table with columns for days of the week (月曜日 to 金曜日) and rows for specific dates (1日 to 25日). Each entry includes a dish name, a color-coded icon (赤, 黄, 緑), a small illustration of the dish, and a table with 'エネルギー' (Energy) and 'たんぱく質' (Protein) values.

学校給食で食べたい 我が家の献立
ご家庭で食べられている献立を学校給食に取り入れました。お楽しみに!



旬の魚・野菜・果物
Illustrations of seasonal ingredients: いか (squid), はまち (sea bream), ほたて (scallop), きょうねぎ (broccoli), しゅんぎく (chrysanthemum), はくさい (cabbage), かぶ (daikon), ゆず (yuzu), ブロッコリー (broccoli).

滋賀県の味めぐり
今月は、滋賀県の味めぐりです。「打ち豆汁」は、みそ汁のだしに、打ち豆を使う湖北地方の料理です。「打ち豆」とは、大豆を木づちで一粒一粒つぶして乾燥させたものです。戦に「打ち勝つ」という口合わせで、信長が好んで兵士に与えたと伝えられています。「赤丸かぶ」は、米原市で古くから栽培されている伝統野菜です。きめ細やかでかたい肉質、美しい紅色が特徴です。

松山市学校給食の 今月の主な食品の予定産地
豚肉(愛媛) 鶏肉(愛媛) 牛肉(北海道・愛媛・九州) たい(愛媛) えび(インドネシア) いか(南米) かまぼこ・平天(北海道) 豆腐・厚揚げ・油揚げ(カナダ) 大豆(北海道) 押もち麦(愛媛) ブロッコリー(愛媛・徳島・香川・鳥取) かぶ(愛媛) じゃがいも(北海道・長崎) だいこん(愛媛・長崎・熊本・鹿児島・香川・徳島・松山) 京ねぎ(愛媛・大分・鳥取) 白菜(愛媛・熊本・徳島) かぼちゃ(トンガ・中南米・ニュージーランド・愛媛) こまつな(愛媛・福岡・徳島) ほうれんそう(愛媛・徳島・松山) にんじん(長崎) キャベツ(愛媛・愛知・熊本) たまねぎ(北海道) ゆず(高知) みかん(愛媛) 紅まどんな(愛媛・松山) りんご(青森・岩手) えのきたけ(愛媛・宮崎・長野) しめじ(香川・福岡) ひじき(松山) 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
※ 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。
※ 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