

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日																														
<div style="border: 2px solid orange; padding: 10px;"> <p style="text-align: center;">あじ 味めぐり (兵庫県)</p> <p>今月の味めぐり献立は、兵庫県の「かにたま汁」です。 ズワイガニは、山陰では「松葉ガニ」と呼ばれています。 松葉ガニと呼ばれる理由は、「カニを茹でるとき燃料に松の葉を使ったから」 「カニの身を水につけると松葉のように広がるから」などの説があります。 松葉ガニは、日本海に面した兵庫県の但馬地域の特産品です。</p>  </div>																																		
<p>6日</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>30.7g</td></tr> <tr><td>中 783kcal</td><td>37.9g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 613kcal	30.7g	中 783kcal	37.9g	<p>7日</p>  <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 594kcal</td><td>26.1g</td></tr> <tr><td>中 741kcal</td><td>32.3g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 594kcal	26.1g	中 741kcal	32.3g	<p>8日 旬…さわらの香味揚げ</p>  <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 568kcal</td><td>24.7g</td></tr> <tr><td>中 723kcal</td><td>30.6g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 568kcal	24.7g	中 723kcal	30.6g	<p>9日</p>  <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 573kcal</td><td>29.0g</td></tr> <tr><td>中 724kcal</td><td>35.5g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 573kcal	29.0g	中 724kcal	35.5g	<p>10日</p>  <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 585kcal</td><td>28.6g</td></tr> <tr><td>中 753kcal</td><td>36.1g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 585kcal	28.6g	中 753kcal	36.1g
エネルギー	たんぱく質																																	
小 613kcal	30.7g																																	
中 783kcal	37.9g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 594kcal	26.1g																																	
中 741kcal	32.3g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 568kcal	24.7g																																	
中 723kcal	30.6g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 573kcal	29.0g																																	
中 724kcal	35.5g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 585kcal	28.6g																																	
中 753kcal	36.1g																																	
<p>13日</p>  <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 584kcal</td><td>26.5g</td></tr> <tr><td>中 743kcal</td><td>32.4g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 584kcal	26.5g	中 743kcal	32.4g	<p>14日</p>  <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 567kcal</td><td>29.4g</td></tr> <tr><td>中 722kcal</td><td>37.2g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 567kcal	29.4g	中 722kcal	37.2g	<p>15日</p>  <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 641kcal</td><td>21.6g</td></tr> <tr><td>中 819kcal</td><td>27.4g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 641kcal	21.6g	中 819kcal	27.4g	<p>16日 愛媛FC応援給食 絶頂かつ(タイカツ)パーガー</p>  <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 647kcal</td><td>31.3g</td></tr> <tr><td>中 757kcal</td><td>37.3g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 647kcal	31.3g	中 757kcal	37.3g	<p>17日 愛媛FC応援給食 素揚げかつ(タイカツ)みそ汁</p>  <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 576kcal</td><td>28.7g</td></tr> <tr><td>中 732kcal</td><td>35.6g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 576kcal	28.7g	中 732kcal	35.6g
エネルギー	たんぱく質																																	
小 584kcal	26.5g																																	
中 743kcal	32.4g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 567kcal	29.4g																																	
中 722kcal	37.2g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 641kcal	21.6g																																	
中 819kcal	27.4g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 647kcal	31.3g																																	
中 757kcal	37.3g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 576kcal	28.7g																																	
中 732kcal	35.6g																																	
<p>20日</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>25.5g</td></tr> <tr><td>中 751kcal</td><td>32.5g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 580kcal	25.5g	中 751kcal	32.5g	<p>21日</p>  <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 571kcal</td><td>28.7g</td></tr> <tr><td>中 711kcal</td><td>35.6g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 571kcal	28.7g	中 711kcal	35.6g	<p>22日 味めぐり…兵庫県</p>  <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 564kcal</td><td>20.2g</td></tr> <tr><td>中 719kcal</td><td>24.6g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 564kcal	20.2g	中 719kcal	24.6g	<p>てん のう たん じょう び</p> <h1 style="color: red;">天皇誕生日</h1>													
エネルギー	たんぱく質																																	
小 580kcal	25.5g																																	
中 751kcal	32.5g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 571kcal	28.7g																																	
中 711kcal	35.6g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 564kcal	20.2g																																	
中 719kcal	24.6g																																	
<p>27日</p>  <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 586kcal</td><td>24.7g</td></tr> <tr><td>中 738kcal</td><td>29.1g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 586kcal	24.7g	中 738kcal	29.1g	<p>28日</p>  <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 643kcal</td><td>29.0g</td></tr> <tr><td>中 797kcal</td><td>35.6g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 643kcal	29.0g	中 797kcal	35.6g	<div style="border: 2px dashed green; padding: 10px;"> <p style="text-align: center;">せつ ぶん ひ まめ</p> <h2 style="text-align: center;">節分の日には豆をまくのはなぜ？</h2> <p>節分とは、二十四節気のひとつである立春の前日に鬼を追い払い新年を迎える行事のことをいいます。 節分には、「鬼は外、福は内」と豆をまいて、邪気を祓った後に、年齢の数だけ豆を食べて、1年の幸せを祈るといわれています。</p>  </div>																				
エネルギー	たんぱく質																																	
小 586kcal	24.7g																																	
中 738kcal	29.1g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 643kcal	29.0g																																	
中 797kcal	35.6g																																	
<div style="border: 2px dashed blue; padding: 10px;"> <p style="text-align: center;">しゅん さかな やさい くだもの</p> <h2 style="text-align: center;">旬の魚・野菜・果物</h2>  </div>																																		

松山市学校給食の今月の主な食品の予定産地

牛肉(北海道・愛媛・九州) 豚肉(愛媛) 鶏肉(愛媛) さわら(愛媛) いわし(北海道) 鮭(北海道) さば(日本) ホキ(ニュージーランド) えび(インドネシア) 鯛(愛媛) かじ(日本) 豆腐・あげ(カナダ・アメリカ・日本) 平天(北海道) 大豆(北海道) 押もち麦(愛媛) ひじき(松山) じゃがいも(北海道・鹿児島・長崎・愛媛・松山) こまつな(愛媛・福岡・徳島・長崎) キャベツ(松山・愛媛・愛知) チンゲン菜(徳島・福岡・愛媛) 里芋(大分) かぼちゃ(中南米・ニュージーランド) たけのこ(愛媛) ほうれん草(愛媛・徳島) ごぼう(北海道・青森・岡山) いちご(愛媛) いよかん(松山) せとか(愛媛) ゆず(高知) れんこん(徳島) しめじ(香川・福岡) しいたけ(徳島・長崎・栃木・岩手) マッシュルーム(千葉) きくらげ(愛媛) わかめ(宮城・岩手・韓国・徳島) きわかめ(徳島)

※ (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】
 ※ エネルギー・たんぱく質の値は、日本食品標準成分表2020年版(1訂)に基づいて算出しています。

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。
 ※ 松山市の学校給食のホームページ… <http://www.city.matsuyama.ehime.jp/kurashi/kosodate/kyuusoku/gakkoukyusoku.html>

