

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日	
<p>あじ ぐん まげん 味めぐり【群馬県】</p> <p>群馬県は、小麦の生産が盛んであることから、小麦粉を使用した郷土料理が多くあります。その代表的な料理が『おきりこみ』です。小麦粉で作られた幅広い麺を切り込みながら鍋に入れ、野菜やきのこなどと一緒で煮込みます。</p> <p>『上州きんぴら』は、昭和58年に開催された「あかぎ国体」の時に、特産品のこんにやくなどを使って考案された郷土料理です。群馬県の山をイメージして太く切ったごぼうを入れるのが特長です。</p>									
<p>旬の魚・野菜・果物</p> <p>しゅん さかな やさいくだもの</p> <p>かつお えんどうまめ しんちゃ たまねぎ かわちばんかん にら そらまめ</p>									
<p>1日 行事食…八十八夜(茶飯)</p> <p>ごまあえ 「りょう」てくばる</p> <p>こいわしのフライ</p> <p>ちやめし にゆうめん</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 5.59kcal 2.0.4g 中 7.16kcal 2.4.7g</p>									
<p>2日</p> <p>フレッチ サラダ</p> <p>ごとうパン</p> <p>チャウダー</p> <p>トマト</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 5.74kcal 2.3.5g 中 7.15kcal 2.8.8g</p>									
<p>3日</p> <p>チリコンカン</p> <p>パン</p> <p>ミネストローネ</p> <p>かわちばんかん</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 5.91kcal 2.8.7g 中 7.34kcal 3.5.6g</p>									
<p>4日</p> <p>ごまあえ</p> <p>ごまあら</p> <p>いちごジャム</p> <p>ごまあら</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 5.81kcal 2.3.2g 中 7.68kcal 3.4.2g</p>									
<p>5日</p> <p>ごまあら</p> <p>ごまあら</p> <p>いちごジャム</p> <p>ごまあら</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 5.81kcal 2.3.2g 中 7.68kcal 3.4.2g</p>									
<p>6日</p> <p>ごまあら</p> <p>ごまあら</p> <p>いちごジャム</p> <p>ごまあら</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 5.81kcal 2.3.2g 中 7.68kcal 3.4.2g</p>									
<p>7日</p> <p>ごまあら</p> <p>ごまあら</p> <p>いちごジャム</p> <p>ごまあら</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 5.81kcal 2.3.2g 中 7.68kcal 3.4.2g</p>									
<p>8日</p> <p>ごまあら</p> <p>ごまあら</p> <p>いちごジャム</p> <p>ごまあら</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 5.81kcal 2.3.2g 中 7.68kcal 3.4.2g</p>									
<p>9日</p> <p>ごまあら</p> <p>ごまあら</p> <p>いちごジャム</p> <p>ごまあら</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 5.81kcal 2.3.2g 中 7.68kcal 3.4.2g</p>									
<p>10日</p> <p>ごまあら</p> <p>ごまあら</p> <p>いちごジャム</p> <p>ごまあら</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 5.81kcal 2.3.2g 中 7.68kcal 3.4.2g</p>									
<p>11日</p> <p>ごまあら</p> <p>ごまあら</p> <p>いちごジャム</p> <p>ごまあら</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 5.81kcal 2.3.2g 中 7.68kcal 3.4.2g</p>									
<p>12日</p> <p>ごまあら</p> <p>ごまあら</p> <p>いちごジャム</p> <p>ごまあら</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 5.81kcal 2.3.2g 中 7.68kcal 3.4.2g</p>									
<p>13日</p> <p>ごまあら</p> <p>ごまあら</p> <p>いちごジャム</p> <p>ごまあら</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 5.81kcal 2.3.2g 中 7.68kcal 3.4.2g</p>									
<p>14日</p> <p>ごまあら</p> <p>ごまあら</p> <p>いちごジャム</p> <p>ごまあら</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 5.81kcal 2.3.2g 中 7.68kcal 3.4.2g</p>									
<p>15日</p> <p>ごまあら</p> <p>ごまあら</p> <p>いちごジャム</p> <p>ごまあら</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 5.81kcal 2.3.2g 中 7.68kcal 3.4.2g</p>									
<p>16日</p> <p>ごまあら</p> <p>ごまあら</p> <p>いちごジャム</p> <p>ごまあら</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 5.81kcal 2.3.2g 中 7.68kcal 3.4.2g</p>									
<p>17日</p> <p>ごまあら</p> <p>ごまあら</p> <p>いちごジャム</p> <p>ごまあら</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 5.81kcal 2.3.2g 中 7.68kcal 3.4.2g</p>									
<p>18日</p> <p>ごまあら</p> <p>ごまあら</p> <p>いちごジャム</p> <p>ごまあら</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 5.81kcal 2.3.2g 中 7.68kcal 3.4.2g</p>									
<p>19日</p> <p>ごまあら</p> <p>ごまあら</p> <p>いちごジャム</p> <p>ごまあら</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 5.81kcal 2.3.2g 中 7.68kcal 3.4.2g</p>									
<p>20日</p> <p>ごまあら</p> <p>ごまあら</p> <p>いちごジャム</p> <p>ごまあら</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 5.81kcal 2.3.2g 中 7.68kcal 3.4.2g</p>									
<p>21日</p> <p>ごまあら</p> <p>ごまあら</p> <p>いちごジャム</p> <p>ごまあら</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 5.81kcal 2.3.2g 中 7.68kcal 3.4.2g</p>									
<p>22日</p> <p>ごまあら</p> <p>ごまあら</p> <p>いちごジャム</p> <p>ごまあら</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 5.81kcal 2.3.2g 中 7.68kcal 3.4.2g</p>									
<p>23日</p> <p>ごまあら</p> <p>ごまあら</p> <p>いちごジャム</p> <p>ごまあら</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 5.81kcal 2.3.2g 中 7.68kcal 3.4.2g</p>									
<p>24日</p> <p>ごまあら</p> <p>ごまあら</p> <p>いちごジャム</p> <p>ごまあら</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 5.81kcal 2.3.2g 中 7.68kcal 3.4.2g</p>									
<p>25日</p> <p>ごまあら</p> <p>ごまあら</p> <p>いちごジャム</p> <p>ごまあら</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 5.81kcal 2.3.2g 中 7.68kcal 3.4.2g</p>									
<p>26日</p> <p>ごまあら</p> <p>ごまあら</p> <p>いちごジャム</p> <p>ごまあら</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 5.81kcal 2.3.2g 中 7.68kcal 3.4.2g</p>									
<p>27日</p> <p>ごまあら</p> <p>ごまあら</p> <p>いちごジャム</p> <p>ごまあら</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 5.81kcal 2.3.2g 中 7.68kcal 3.4.2g</p>									
<p>28日</p> <p>ごまあら</p> <p>ごまあら</p> <p>いちごジャム</p> <p>ごまあら</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 5.81kcal 2.3.2g 中 7.68kcal 3.4.2g</p>									
<p>29日</p> <p>ごまあら</p> <p>ごまあら</p> <p>いちごジャム</p> <p>ごまあら</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 5.81kcal 2.3.2g 中 7.68kcal 3.4.2g</p>									
<p>30日</p> <p>ごまあら</p> <p>ごまあら</p> <p>いちごジャム</p> <p>ごまあら</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 5.81kcal 2.3.2g 中 7.68kcal 3.4.2g</p>									

豚肉・鶏肉(愛媛) いわし(香川) ホキ(ニュージーランド) えび(インドネシア) 豆腐・あげ(カナダ・栃木・岐阜・アメリカ) 魚そうめん・すりみ・平天(北海道) 大豆(北海道) 押もち麦(愛媛) じゃがいも(長崎・鹿児島・愛媛) こまつな(愛媛・福岡・徳島・茨城) チンゲン菜(徳島・福岡・愛媛) にら(高知・宮崎・長崎) にんじん(徳島・熊本・長崎) えんどう豆(愛媛・和歌山) キャベツ(愛媛・愛知・熊本・徳島・大分・香川) きゅうり(愛媛・高知・宮崎・熊本) ごぼう(岡山・青森・鹿児島) そら豆(愛媛) だいこん(長崎・香川・熊本・鹿児島・愛媛) さといも(宮崎) たまねぎ(愛媛・松山・北海道) 河内晩柑(愛媛) レモン(愛媛・広島) えのき茸(愛媛・宮崎・熊本) しめじ(香川・広島・福岡) たけのこ(愛媛) きくらげ(松山) しいたけ(三重) わかめ(宮城・岩手) くきわかめ(徳島) のり(香川) ひじき(松山) 緑茶(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。
 黄(き) … 黄のグループ【熱や力のもとになる食品】
 赤(あか) … 赤のグループ【血や筋肉や骨をつくる食品】
 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/gakkoukyuusyoku.html>

