

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
<p>旬の魚・野菜・果物</p> <p>しゆん さかな やさいくだもの</p> <p>ブロッコリー、きょうねぎ、はまち、ほたて、いか、かぶ、べにまどんな、だいこん、はくさい、ゆず</p>	<p>味のめぐり【鹿児島県】</p> <p>今月の味のめぐり献立は、『鹿児島県』です。鹿児島県では、さつまいもの栽培の歴史が長く、その生産量は日本一です。</p> <p>『からいもご飯』は、さつまいもと米を一緒に炊き込んだ鹿児島県の郷土料理です。</p>	<p>1日</p> <p>ぎゅうにゅう、やきどうふ、こんぶ、ぎゅうにく、にぼし、うずらたまご</p> <p>ごこな、だいこん、なます</p> <p>ごはん、すきやき</p>	<p>2日</p> <p>ぎゅうにゅう、とりにく、だいず、とうにゅう、ホキ</p> <p>くろまめ、ホキのレモン汁</p> <p>パン、クリームシチュー</p>	<p>3日</p> <p>ぎゅうにゅう、とりにく、あげ、こんぶ、えび、みそ、とうふ、だいず</p> <p>さんしよく、あげ</p> <p>きりぼしめし、かぶのみしる</p>
<p>6日 旬…大根の甘みぞ炒め</p> <p>アーモンド、だいこんのあまみそいため</p> <p>ごはん、すいとん</p>	<p>7日</p> <p>ぎゅうにゅう、とりにく、ぶたにく、きわかめ</p> <p>くわかめのサラダ</p> <p>こめパン、ようふう、にこみ</p>	<p>8日 旬…フロコリーサラダ</p> <p>ぎゅうにゅう、ぶたにく、ヨーグルト</p> <p>フロコリーサラダ</p> <p>ヨーグルト、もちむぎごはん、カレーライス(ルー)</p>	<p>9日</p> <p>ぎゅうにゅう、とりにく、ぶたにく、チーズ、すぶた</p> <p>こくとうパン、ワンタンスープ</p> <p>べにまどんな(県西中のみ)</p>	<p>10日</p> <p>ぎゅうにゅう、とりにく、みそ、カラフトししゃも(加'リ)</p> <p>アーモンドあえ</p> <p>ししゃものからあげ、小2び、中3び</p>
<p>13日</p> <p>ぎゅうにゅう、とりにく、こんぶ、ちくわ、なつとう、ほうてん、やきどうふ、うずらたまご</p> <p>さんしよく、あえ</p> <p>なつとう</p> <p>ごはん、おでん</p>	<p>14日</p> <p>ぎゅうにゅう、とりにく、だいず、ぶたにく</p> <p>デザート(県西中のみ)、ネリコンカン</p> <p>パン、じゃがいも、あぶら、デザート(県西中のみ)</p> <p>はくさいとベーコンのスープ、べにまどんな(姫山小・清水小・和気小・勝山中のみ)</p>	<p>15日</p> <p>ぎゅうにゅう、ぶたにく、えび</p> <p>ポイルキャベツ</p> <p>パン、じゃがいも、あぶら、デザート(県西中のみ)</p> <p>ゆかりごはん、ちゅうかそば</p>	<p>16日</p> <p>ぎゅうにゅう、とりにく、たまご、いか</p> <p>じゃがいもといかのケツチャブいため</p> <p>パン、じゃがいも、あぶら、さとう</p> <p>みかん</p>	<p>17日 味のめぐり…鹿児島県</p> <p>ぎゅうにゅう、わかめ、たまご、とうふ、みそ、いわしすりみ、あげ</p> <p>チンゲンサイのおひたし</p> <p>さつまあげ</p> <p>からいも、ごはん、すましる</p>
<p>20日 行事食…冬至(かぼちゃのどぼろ煮)</p> <p>「りよう」でくぼる</p> <p>ゆずふうみづけ</p> <p>めひかりのフライ</p> <p>ごはん、かぼちゃのそぼろ</p>	<p>21日</p> <p>ぎゅうにゅう、とりにく、めひかり、わかめ</p> <p>かふう、サラダ</p> <p>パン、あぶら、さとう、でんぶ</p> <p>とうふのごもくあんかけ、みかん</p>	<p>22日</p> <p>ぎゅうにゅう、とりにく、たまご</p> <p>デザート</p> <p>わかどりのアーモンドあげ</p> <p>コーンピラフ、やさいたっぷりスープ</p>	<p>23日</p> <p>ぎゅうにゅう、ぶたにく、ホキ</p> <p>ジャム、ホキのあまから汁</p> <p>ひめむぎパン、ビーフン</p>	<p>24日</p> <p>ぎゅうにゅう、ぶたにく、ホキ</p> <p>いそに</p> <p>パン、あぶら、さとう、でんぶ、りんごジャム</p> <p>きょうねぎ、ピーマン、たけのこ、にんじん、チンゲンサイ、きくらげ、しょうが、たまねぎ</p>

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・四国・九州) 豚肉(愛媛) 鶏肉(愛媛) いか(ペルー) ホキ(ニュージーランド) ししゃも(ノルウェー・アイスランド) えび(インドネシア) 豆腐・あげ(カナダ) 平天・棒天(北海道) いわしすり身(日本) 大豆(北海道) じゃがいも(北海道・長崎) ブロッコリー(愛媛・香川・徳島・鳥取) さつまいも(徳島・宮崎・熊本・千葉) かぼちゃ(トンガ・中南米・ニュージーランド・愛媛) ほうれん草(愛媛・徳島) 白菜(愛媛・熊本・徳島) かぶ(愛媛・香川) だいこん(愛媛・長崎・熊本・鹿児島・大分・徳島・香川) たまねぎ(北海道) 京ねぎ(鳥取・愛媛・大分・埼玉) ごぼう(青森・北海道) たけのこ(愛媛) ゆず(高知) みかん(愛媛) 紅まどんな(愛媛) 里芋(九州) えのき茸(愛媛・宮崎・長野) しめじ(香川・広島・福岡) まいたけ(福岡・香川) 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】

味のめぐり…日本の味のめぐり献立

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>