

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日	
<p>3日 行事食…卒業祝い(赤飯)旬…鯛のレモンあえ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 589kcal 26.4g 中 751kcal 32.5g</p>	<p>4日 味めぐり…滋賀県</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 559kcal 24.1g 中 729kcal 31.2g</p>	<p>5日</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 601kcal 25.2g 中 751kcal 31.0g</p>	<p>6日 行事食…ひなまつり(ちらしずし、あられ揚げ)</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 560kcal 23.9g 中 711kcal 29.1g</p>	<p>7日</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 751kcal 27.9g 中 883kcal 33.0g</p>	<p>10日 愛媛MP応援給食MPもっとパワー! もりもりごはん</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 562kcal 22.7g 中 731kcal 29.2g</p>	<p>11日</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 582kcal 19.7g 中 745kcal 24.5g</p>	<p>12日</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 757kcal 27.3g 中 891kcal 32.4g</p>	<p>13日</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 632kcal 29.8g 中 811kcal 37.1g</p>	<p>14日 愛媛MPコラボ給食スパイシー親子煮</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 573kcal 30.1g 中 719kcal 37.1g</p>
<p>17日</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 559kcal 26.5g 中 720kcal 32.9g</p>	<p>18日</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 624kcal 22.6g 中 781kcal 27.6g</p>	<p>19日</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 666kcal 26.0g 中 812kcal 32.5g</p>	<p>20日 愛媛MP × 学校給食</p> <p>コラボ給食 応援給食</p> <p>スパイシー親子煮 MPもっとパワー! もりもりごはん</p> <p>カレー粉でしっかりと下味をつけたひき肉が、やさしい親子煮の味を、スパイシーに変化してくれます。マンダリンパイレーツを応援しています!</p> <p>免疫力がアップする豚肉、鉄分やカルシウムが多いひじきと油揚げを入れました。</p> <p>(湯山中 軟式野球部より) (東雲小 1年生より)</p>		<p>21日</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 589kcal 29.6g 中 740kcal 37.6g</p>				
<p>24日</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 589kcal 23.0g 中 742kcal 27.1g</p>	<p>旬の魚・野菜・果物</p>		<p>味めぐり【滋賀県】</p> <p>滋賀県は、県の総面積の約6分の1をしめる「琵琶湖」があり、豊富な水資源に恵まれています。そのため、稲作が盛んな上に、野菜、豆、芋など多くの農作物を生産しています。</p> <p>また、琵琶湖では、「琵琶湖八珍」と呼ばれる、ビワマス、コアユ、ハス、ホンモロコ、ニゴロブナ、スジエビ、ゴリ、イサザが生息しています。</p> <p>『じゅんじゅん』は、牛肉や鶏肉、琵琶湖で獲れた魚介、旬の野菜などをすき焼き風に味付けした鍋料理です。この名前は、具材を鍋で煮るときに出る音が「じゅんじゅん」と聞こえたことに由来するといわれています。</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・愛媛・九州) 豚肉・鶏肉(愛媛) たい(愛媛) ホキ(ニュージーランド) ししも(アイスランド) いか(南米) えび(インドネシア) 豆腐・あげ(カナダ・栃木・アメリカ) 平天(北海道・アメリカ) 大豆(北海道) 小豆(北海道) 押もち麦(愛媛) たまねぎ(北海道・愛媛) じゃがいも(北海道・長崎・松山・鹿児島) こまつな(愛媛・福岡・徳島・茨城・和歌山・広島・長崎) にんじん(長崎・鹿児島・徳島) みつば(大分・高知・徳島) キャベツ(愛媛・愛知・松山・群馬・熊本) だいこん(長崎・熊本・大分・鹿児島・愛媛・香川) こぼろ(北海道・青森・岡山) きゅうり(愛媛・高知・熊本・宮崎・松山) 白菜(長崎・徳島・熊本・愛媛・兵庫) 清見タンゴール(愛媛) デコポン(愛媛・松山) レモン(愛媛) 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(日本) わかめ(宮城) こんぶ(北海道) ひじき(松山)

※ (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

※ 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>

QRコード

<松山市HP>