



令和2年7月 予定献立表



月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日			
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 20%;"> <p>お知らせ</p> <p>今月も、配膳時の感染防止対策として、「主食におかず2品」の献立となります。</p> </div> <div style="width: 40%; text-align: center;"> <p>学校給食で食べたい 我が家の献立</p> <p>昨年度実施された「学校給食で食べたい我が家も献立」の最優秀・優秀献立です。お楽しみに！</p> <p>8日 鶏肉の大葉梅肉揚げ 27日 鶏もものネギダレソテー</p> </div> <div style="width: 20%; text-align: right;"> <p>我が家の献立</p> </div> </div>											
<p>6日 行事食…七夕 (そうめん汁)</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 628kcal 27.2g 中 804kcal 34.2g</p>		<p>7日</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 635kcal 27.7g 中 791kcal 34.1g</p>		<p>8日 我が家の献立 優秀作品</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 634kcal 29.6g 中 846kcal 36.9g</p>		<p>9日</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 601kcal 26.1g 中 749kcal 32.4g</p>		<p>10日</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 710kcal 29.3g 中 887kcal 35.7g</p>		<p>11日</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 628kcal 27.2g 中 804kcal 34.2g</p>	
<p>13日</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 539kcal 20.2g 中 686kcal 25.1g</p>		<p>14日</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 590kcal 22.5g 中 745kcal 28.1g</p>		<p>15日 とれたて感謝の日… 長なす</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 661kcal 24.5g 中 826kcal 30.1g</p>		<p>16日</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 618kcal 23.5g 中 780kcal 32.3g</p>		<p>17日</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 645kcal 26.1g 中 812kcal 32.8g</p>		<p>18日</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 631kcal 20.9g 中 803kcal 25.6g</p>	
<p>旬の魚・野菜・果物</p>											
<p>20日</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 631kcal 20.9g 中 803kcal 25.6g</p>		<p>21日</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 631kcal 20.9g 中 803kcal 25.6g</p>		<p>22日</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 631kcal 20.9g 中 803kcal 25.6g</p>		<p>23日</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 631kcal 20.9g 中 803kcal 25.6g</p>		<p>24日</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 631kcal 20.9g 中 803kcal 25.6g</p>		<p>25日</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 631kcal 20.9g 中 803kcal 25.6g</p>	
<p>26日</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 631kcal 20.9g 中 803kcal 25.6g</p>											
<p>27日 我が家の献立 最優秀作品</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 644kcal 23.9g 中 808kcal 29.3g</p>		<p>28日</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 623kcal 32.5g 中 776kcal 40.8g</p>		<p>29日</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 589kcal 23.7g 中 764kcal 29.7g</p>		<p>30日</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 630kcal 30.7g 中 802kcal 38.2g</p>		<p>31日</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 610kcal 24.7g 中 761kcal 29.7g</p>		<p>32日</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 610kcal 24.7g 中 761kcal 29.7g</p>	

牛肉(北海道・愛媛・九州) 豚肉(愛媛) 鶏肉(愛媛) ホキ(ニュージーランド) いか(ペルー・チリ) えび(インドネシア) 煮干(愛媛) すり身・平天(北海道) 豆腐・油揚げ(カナダ・アメリカ) 大豆(北海道) じゃがいも(長崎・千葉・青森・長野) 玉葱(愛媛)

人参(青森・長崎・北海道) 大根(北海道・青森) 松山長なす(愛媛) きゅうり(愛媛・高知・宮崎・熊本) ズッキーニ(長野) キャベツ(長野・愛媛・群馬・熊本) チンゲンサイ(徳島・愛媛・高知・長野・福岡) こまつな(愛媛・福岡) 大葉(愛媛・高知・愛知)

新しょうが(高知・徳島・宮崎) ピーマン(宮崎・愛媛・高知) ごぼう(岡山・宮崎・鹿児島) えのきたけ(愛媛・熊本・宮崎) 枝豆(愛媛) ミントマト(愛媛・宮崎・熊本・北海道・長崎) すいか(愛媛・鳥取・石川・山形) わかめ(宮城・岩手) 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】

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
… このマークは南調理場独自献立の日です

※ 週に1回程度みかんジュースがつきます。
※ 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>