

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日	
1日 エネルギー たんぱく質 小 6.47kcal 3.0. 5g 中 7.92kcal 3.7. 2g		2日 行事食…八十八夜(茶飯) エネルギー たんぱく質 小 6.09kcal 2.5. 0g 中 7.66kcal 3.0. 6g		3日 けん ぼう き ねん び 憲法記念日		4日 ひ みどりの日		5日 ひ こどもの日	
8日 エネルギー たんぱく質 小 5.59kcal 2.3. 0g 中 7.18kcal 2.8. 6g		9日 旬…えんどうごはん エネルギー たんぱく質 小 6.12kcal 2.2. 8g 中 7.64kcal 2.7. 6g		10日 エネルギー たんぱく質 小 5.60kcal 2.4. 2g 中 7.27kcal 3.0. 2g		11日 旬…とうもろこしのかき揚げ エネルギー たんぱく質 小 5.92kcal 2.1. 2g 中 7.91kcal 2.9. 5g		12日 エネルギー たんぱく質 小 5.76kcal 2.1. 3g 中 7.27kcal 2.6. 3g	
15日 エネルギー たんぱく質 小 5.86kcal 2.5. 3g 中 7.53kcal 3.1. 6g		16日 エネルギー たんぱく質 小 5.87kcal 2.5. 0g 中 7.41kcal 3.1. 2g		17日 エネルギー たんぱく質 小 6.00kcal 2.7. 5g 中 7.66kcal 3.4. 2g		18日 とれたて感謝の日…新たまねぎのみそ汁 エネルギー たんぱく質 小 6.18kcal 2.9. 9g 中 7.89kcal 3.0. 8g		19日 エネルギー たんぱく質 小 5.89kcal 2.9. 9g 中 7.35kcal 3.6. 4g	
22日 エネルギー たんぱく質 小 6.11kcal 3.1. 2g 中 7.82kcal 3.8. 4g		23日 エネルギー たんぱく質 小 5.68kcal 2.0. 9g 中 7.27kcal 2.6. 1g		24日 エネルギー たんぱく質 小 5.73kcal 2.3. 4g 中 7.24kcal 2.8. 3g		25日 エネルギー たんぱく質 小 5.73kcal 2.5. 4g 中 7.39kcal 3.2. 1g		26日 エネルギー たんぱく質 小 6.01kcal 3.0. 7g 中 7.52kcal 3.8. 0g	
29日 味めぐり…高知県 エネルギー たんぱく質 小 5.61kcal 2.4. 4g 中 7.16kcal 3.0. 3g		30日 エネルギー たんぱく質 小 6.41kcal 2.5. 2g 中 8.06kcal 3.0. 9g		31日 エネルギー たんぱく質 小 5.88kcal 2.2. 8g 中 7.58kcal 2.8. 4g		旬の魚・野菜・果物 エネルギー たんぱく質 小 5.88kcal 2.2. 8g 中 7.58kcal 2.8. 4g		味めぐり【高知県】 エネルギー たんぱく質 小 5.88kcal 2.2. 8g 中 7.58kcal 2.8. 4g	

松山市学校給食の 今月の主な食品の予定産地

豚肉(愛媛) 鶏肉(愛媛) かつお(長崎) たい(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) いか(ペルー) 豆腐・あげ(カナダ・アメリカ) すりみ・平天(北海道) 大豆(北海道) 押もち麦(愛媛) 緑茶(日本・鹿児島) たけのこ(愛媛) れんこん(徳島) じゃがいも(長崎・鹿児島) にんじん(徳島・熊本・長崎) たまねぎ(松山・愛媛・北海道) だいこん(長崎・香川・鹿児島・徳島・愛媛) きゅうり(愛媛・高知・宮崎・熊本) こまつな(愛媛・福岡・徳島) いら(高知・宮崎) しょうが(高知・熊本・宮崎・愛媛・長崎) えんどう豆(愛媛・和歌山) そら豆(愛媛・松山) キャベツ(愛媛・愛知・熊本・徳島・大分・香川) ごぼう(岡山・青森・鹿児島・宮崎) 河内晩柑(愛媛) ゆず(高知) えのきたけ(愛媛・宮崎・熊本) しめじ(香川・福岡) しいたけ(愛媛) きくらげ(愛媛) わかめ(宮城・日本) きわかめ(徳島・日本) 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】

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。