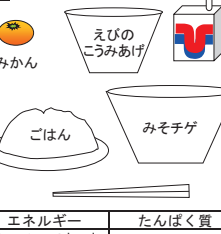
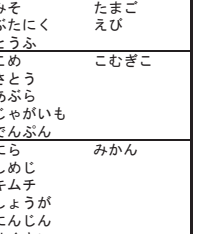
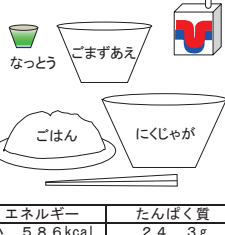
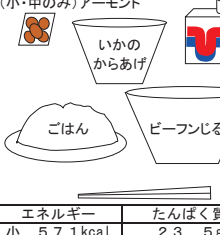
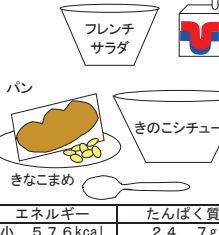
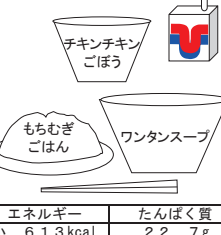
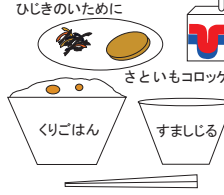
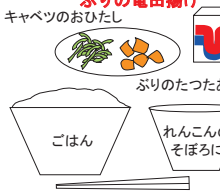
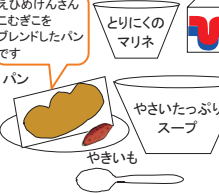
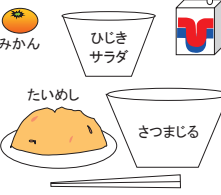
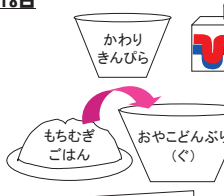
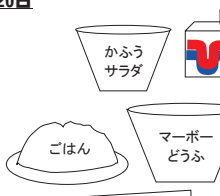
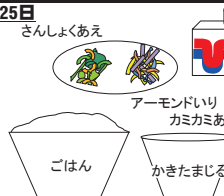
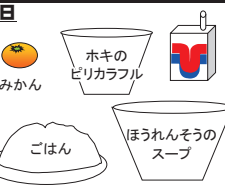
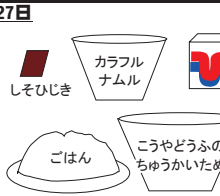
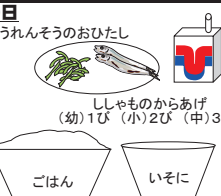


月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日																															
あじ え ひめ けん 味めぐり【愛媛県】 愛媛県は、栗の生産量全国第3位です。大粒で上品な甘みのある栗が収穫され、『栗ご飯』やお菓子などに使われています。 『里芋コロッケ』の里芋は、親芋、子芋、孫芋と増えていくため、子孫繁栄のおめでたい食べ物として、お正月などに欠かせません。愛媛県では、郷土料理の「いもたき」としても親しまれています。 『ひじきの炒め煮』に使われている「松山ひじき」は、まつやま農林水産物ブランドに認定されています。				しゅん さかな やさい くだもの 旬の魚・野菜・果物 		1日  <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 623kcal</td><td>28.8g</td></tr><tr><td>中 785kcal</td><td>35.5g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 623kcal	28.8g	中 785kcal	35.5g	2日  <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 613kcal</td><td>22.7g</td></tr><tr><td>中 760kcal</td><td>29.0g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 613kcal	22.7g	中 760kcal	29.0g																		
エネルギー	たんぱく質																																						
小 623kcal	28.8g																																						
中 785kcal	35.5g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 613kcal	22.7g																																						
中 760kcal	29.0g																																						
4日 令和5年度「まつやまこども農台選手権」教育長賞受賞作品 『芋煮&芋炊きカレーうどん』 東雲小学校の児童が協力して考えました。父親の故郷である山形県の郷土料理『芋煮』と愛媛県の郷土料理『芋炊き』がコラボしました。山形県では、芋煮のしめにカレーうどんを作ります。集団宿泊学習でみんなで作った思い出のカレーライスの美味しさを表現し、里芋は愛媛県産のものにこだわっています。 		5日  <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 586kcal</td><td>24.3g</td></tr><tr><td>中 756kcal</td><td>30.5g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 586kcal	24.3g	中 756kcal	30.5g	6日 (小・中のみ)アーモンド  <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 571kcal</td><td>23.5g</td></tr><tr><td>中 718kcal</td><td>28.4g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 571kcal	23.5g	中 718kcal	28.4g	7日  <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 576kcal</td><td>24.7g</td></tr><tr><td>中 721kcal</td><td>30.4g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 576kcal	24.7g	中 721kcal	30.4g	8日  <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 613kcal</td><td>22.7g</td></tr><tr><td>中 760kcal</td><td>29.0g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 613kcal	22.7g	中 760kcal	29.0g						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 586kcal	24.3g																																						
中 756kcal	30.5g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 571kcal	23.5g																																						
中 718kcal	28.4g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 576kcal	24.7g																																						
中 721kcal	30.4g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 613kcal	22.7g																																						
中 760kcal	29.0g																																						
11日 味めぐり…愛媛県 ひじきのいために  <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 587kcal</td><td>20.3g</td></tr><tr><td>中 782kcal</td><td>25.9g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 587kcal	20.3g	中 782kcal	25.9g	12日  <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 579kcal</td><td>20.1g</td></tr><tr><td>中 735kcal</td><td>24.4g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 579kcal	20.1g	中 735kcal	24.4g	13日 旬…れんこんのそぼろ煮 ぶりの竜田揚げ  <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 618kcal</td><td>26.5g</td></tr><tr><td>中 789kcal</td><td>32.6g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 618kcal	26.5g	中 789kcal	32.6g	14日 えひめけんさん こむぎを フレンドしたパン です  <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 666kcal</td><td>29.6g</td></tr><tr><td>中 811kcal</td><td>36.4g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 666kcal	29.6g	中 811kcal	36.4g	15日  <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 580kcal</td><td>20.4g</td></tr><tr><td>中 726kcal</td><td>25.3g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 580kcal	20.4g	中 726kcal	25.3g
エネルギー	たんぱく質																																						
小 587kcal	20.3g																																						
中 782kcal	25.9g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 579kcal	20.1g																																						
中 735kcal	24.4g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 618kcal	26.5g																																						
中 789kcal	32.6g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 666kcal	29.6g																																						
中 811kcal	36.4g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 580kcal	20.4g																																						
中 726kcal	25.3g																																						
18日  <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 561kcal</td><td>19.2g</td></tr><tr><td>中 725kcal</td><td>30.6g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 561kcal	19.2g	中 725kcal	30.6g	19日 まつやまこども農台選手権 …いもに&いもたき カレーうどん  <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 560kcal</td><td>25.1g</td></tr><tr><td>中 711kcal</td><td>31.3g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 560kcal	25.1g	中 711kcal	31.3g	20日  <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 561kcal</td><td>23.5g</td></tr><tr><td>中 716kcal</td><td>29.0g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 561kcal	23.5g	中 716kcal	29.0g	21日  <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 613kcal</td><td>29.4g</td></tr><tr><td>中 766kcal</td><td>36.4g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 613kcal	29.4g	中 766kcal	36.4g	22日 行事食…和食の日(みそ汁)  <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 580kcal</td><td>22.6g</td></tr><tr><td>中 758kcal</td><td>28.5g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 580kcal	22.6g	中 758kcal	28.5g
エネルギー	たんぱく質																																						
小 561kcal	19.2g																																						
中 725kcal	30.6g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 560kcal	25.1g																																						
中 711kcal	31.3g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 561kcal	23.5g																																						
中 716kcal	29.0g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 613kcal	29.4g																																						
中 766kcal	36.4g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 580kcal	22.6g																																						
中 758kcal	28.5g																																						
25日 さんしょくあえ  <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 564kcal</td><td>19.2g</td></tr><tr><td>中 717kcal</td><td>23.3g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 564kcal	19.2g	中 717kcal	23.3g	26日  <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 579kcal</td><td>23.5g</td></tr><tr><td>中 726kcal</td><td>28.5g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 579kcal	23.5g	中 726kcal	28.5g	27日  <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 573kcal</td><td>23.7g</td></tr><tr><td>中 735kcal</td><td>29.6g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 573kcal	23.7g	中 735kcal	29.6g	28日  <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 623kcal</td><td>27.2g</td></tr><tr><td>中 801kcal</td><td>33.4g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 623kcal	27.2g	中 801kcal	33.4g	29日  <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 578kcal</td><td>26.3g</td></tr><tr><td>中 753kcal</td><td>33.7g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 578kcal	26.3g	中 753kcal	33.7g
エネルギー	たんぱく質																																						
小 564kcal	19.2g																																						
中 717kcal	23.3g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 579kcal	23.5g																																						
中 726kcal	28.5g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 573kcal	23.7g																																						
中 735kcal	29.6g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 623kcal	27.2g																																						
中 801kcal	33.4g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 578kcal	26.3g																																						
中 753kcal	33.7g																																						

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) さば(ノルウェー) ぶり(愛媛) たい(愛媛) ホキ(ニュージーランド) ししゃも(アイスランド) いか(ペルー・チリ) えび(インドネシア) たこ(瀬戸内) 豆腐・あげ(カナダ・アメリカ・愛知) 魚そうめん・平天(北海道・アメリカ) 大豆(北海道) じゃがいも(北海道) さつまいも(徳島・茨城・熊本・千葉・鹿児島) こまつな(愛媛・福岡・松山・徳島・広島・茨城) にんじん(北海道・長崎・長野・熊本・青森) ほうれん草(愛媛・徳島・松山・福岡・岐阜) キャベツ(愛媛・愛知・長野・熊本・徳島・群馬) きゅうり(愛媛・高知・熊本・宮崎) ごぼう(北海道・青森・鹿児島・岡山) たまねぎ(北海道・愛媛) れんこん(岡山・茨城・熊本・広島・徳島) みかん(愛媛) りんご(青森・長野) しめじ(香川・福岡・広島) エリンギ(香川・広島・福岡) たけのこ(愛媛) くり(愛媛・熊本・茨城) しいたけ(日本) 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】

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>



<松山市HP>