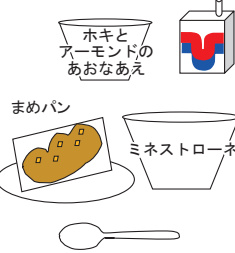
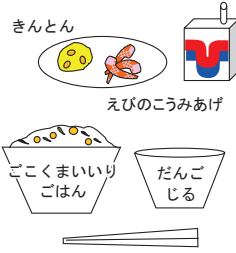
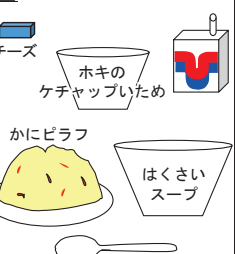
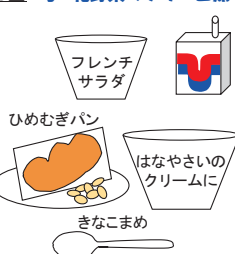
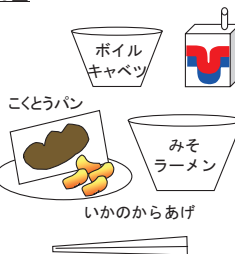
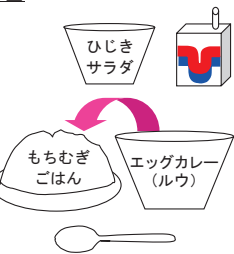
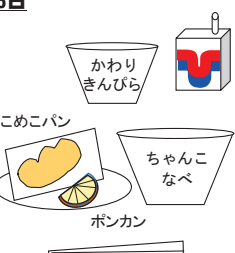
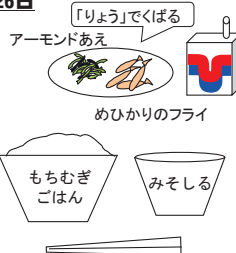
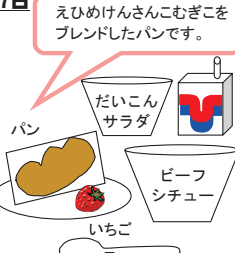
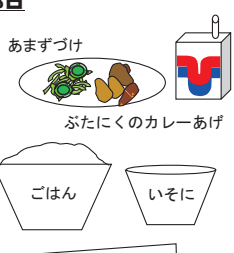
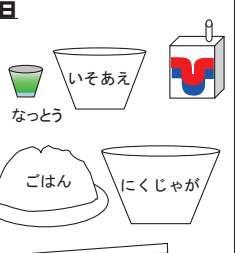
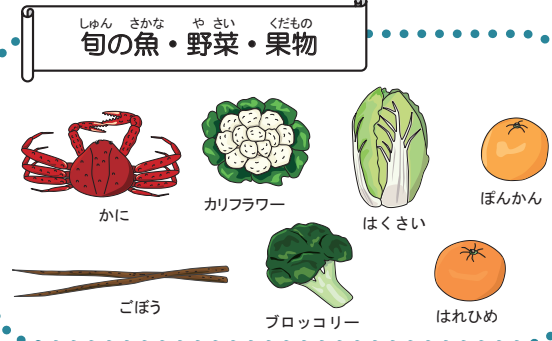


月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
10日  せいじんひ 成人の日 エネルギー たんぱく質 小 594kcal 24.9g 中 759kcal 32.2g	11日  ホキとアーモンドのあおなあえ まめパン ミネストローネ エネルギー たんぱく質 小 594kcal 24.9g 中 759kcal 32.2g	12日 行事食…正月(きんとん)  きんとん えびのこうみあげ ごこまいりごはん だんごじる エネルギー たんぱく質 小 646kcal 25.1g 中 831kcal 30.4g	13日  しょうゆドレッシングサラダ パン ポークビーンズ はれひめ エネルギー たんぱく質 小 678kcal 29.1g 中 842kcal 35.8g	14日  ほうれんそうのナムル ごはん あつあげのちゅうかいだめ エネルギー たんぱく質 小 613kcal 25.0g 中 786kcal 31.4g
17日  チーズ ホキのケチャップいため かにピラフ はくさいスープ エネルギー たんぱく質 小 593kcal 24.0g 中 752kcal 29.9g	18日 旬…花野菜のクリーム煮  フレンチサラダ ひめむぎパン はなやさいのクリームに きなこまめ エネルギー たんぱく質 小 613kcal 25.6g 中 756kcal 30.8g	19日  とりにくのあまからに ごはん かきたまじる エネルギー たんぱく質 小 601kcal 22.9g 中 764kcal 28.9g	20日  ポイル キャベツ こくとうパン みそラーメン いかのからあげ エネルギー たんぱく質 小 602kcal 28.8g 中 764kcal 36.0g	21日  ひじき サラダ もちむぎごはん エッグカレー(ルウ) エネルギー たんぱく質 小 662kcal 22.5g 中 862kcal 28.3g
24日 味めぐり…愛媛県  なます せんざんき たいめし すましじる エネルギー たんぱく質 小 607kcal 27.0g 中 797kcal 32.6g	25日  かわり きんぴら こめコパン ちゃんこなべ ポンカン エネルギー たんぱく質 小 601kcal 29.2g 中 763kcal 37.8g	26日  「りょう」でくぱる アーモンドあえ めひかりのフライ もちむぎごはん みそしる エネルギー たんぱく質 小 593kcal 22.4g 中 750kcal 27.4g	27日  えひめけんさんこむぎをブレンドしたパンです。 パン だいこんサラダ ビーフシチュー いちご エネルギー たんぱく質 小 604kcal 22.8g 中 756kcal 28.4g	28日  あまずづけ ぶたにくのカレーあげ ごはん いそに エネルギー たんぱく質 小 645kcal 28.4g 中 816kcal 35.3g
31日  いそあえ なつとう ごはん にくじゃが エネルギー たんぱく質 小 628kcal 24.6g 中 788kcal 29.9g	旬の魚・野菜・果物  味めぐり【愛媛県】  愛媛県産小麦粉を使用したパン 27日のコッペパンは、愛媛県産の小麦粉「せときらら」をブレンドして作ったパンです。			

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(愛媛) 鶏肉(愛媛) かに(鳥取) めひかり(宮崎) たい(愛媛) いか(南米) ホキ(ニュージーランド) えび(インドネシア) 豆腐・厚揚げ(カナダ) あげ(カナダ・アメリカ・愛媛) 平天(北海道) 大豆(北海道) こまつな(愛媛・福岡・徳島・鳥取) チンゲン菜(徳島・福岡・熊本) ほうれん草(愛媛・徳島) ブロッコリー(愛媛・香川・徳島) カリフラワー(熊本・愛媛・徳島・岡山) ごぼう(北海道・青森・岡山) 白菜(愛媛) きゅうり(愛媛・高知・宮崎・熊本) じゃがいも(北海道・松山・愛媛・長崎) さつまいも(徳島・熊本・鹿児島・千葉) たまねぎ(北海道) たけのこ(愛媛) はれひめ(愛媛) ポンカン(愛媛) いちご(愛媛・熊本) きくらげ(愛媛) ひじき(松山) しいたけ(日本) 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。
 ※ 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>