

雄郡小 垣生小
余土小 たちばな小
さくら小 双葉小
雄新中 垣生中
余土中 西中

B班

令和5年3月 予定献立表

松山市垣生学校給食共同調理場

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日																																																																	
<div data-bbox="488 227 735 266" data-label="Section-Header"> <h2>味のめぐり【島根県】</h2> </div> <div data-bbox="170 297 559 330" data-label="Text"> <p>今月の味のめぐり献立は、『島根県』です。</p> </div> <div data-bbox="156 334 858 426" data-label="Text"> <p>『へか焼き』は、牛肉や豚肉の代わりに魚介を使って作る、すき焼き風の煮物です。「へか」とは農機具の「犁」の金属の部分のことで、これを鍋の代わりに使ったことが「へか」の語源になったと伝わっています。</p> </div> <div data-bbox="156 430 853 490" data-label="Text"> <p>日本海に面し、漁業が盛んな島根県（大田市）の郷土料理で、海上安全や大漁を祈願する行事の際に食べられています。</p> </div> <div data-bbox="867 324 1097 490" data-label="Image"> </div>																																																																					
<div data-bbox="109 542 378 884" data-label="Complex-Block"> <p>6日 味のめぐり…島根県</p> <p>(中) 紅白まんじゅう</p> <p>へか焼き</p> <p>ごはん</p> <p>かきたま</p> <p>じり</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 599kcal</td><td>23.9g</td></tr> <tr><td>中 920kcal</td><td>32.0g</td></tr> </table> </div>	エネルギー	たんぱく質	小 599kcal	23.9g	中 920kcal	32.0g	<div data-bbox="378 542 620 884" data-label="Complex-Block"> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>たまご</p> <p>ぶり</p> <p>あげどうふ</p> <p>こめ</p> <p>さとう</p> <p>でんぶ</p> <p>じゃがいも</p> <p>あぶら</p> <p>(中) まんじゅう</p> <p>ねぎ</p> <p>えのきたけ</p> <p>たまねぎ</p> <p>だいこん</p> <p>はくさい</p> <p>にんじん</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 599kcal</td><td>23.9g</td></tr> <tr><td>中 920kcal</td><td>32.0g</td></tr> </table> </div>	エネルギー	たんぱく質	小 599kcal	23.9g	中 920kcal	32.0g	<div data-bbox="620 542 861 884" data-label="Complex-Block"> <p>7日</p> <p>ごまあえ</p> <p>みつばいりかきあげ</p> <p>もちむぎ</p> <p>けんちんじる</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 601kcal</td><td>22.5g</td></tr> <tr><td>中 757kcal</td><td>27.7g</td></tr> </table> </div>	エネルギー	たんぱく質	小 601kcal	22.5g	中 757kcal	27.7g	<div data-bbox="861 542 1103 884" data-label="Complex-Block"> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>やきどうふ</p> <p>えび</p> <p>たまご</p> <p>とりにく</p> <p>たまご</p> <p>にぼし</p> <p>こめ</p> <p>あぶら</p> <p>もちむぎ</p> <p>こむぎこ</p> <p>ごまあぶら</p> <p>さとう</p> <p>こんにやく</p> <p>ごま</p> <p>じゃがいも</p> <p>ねぎ</p> <p>ほうれんそう</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 623kcal</td><td>25.8g</td></tr> <tr><td>中 782kcal</td><td>30.6g</td></tr> </table> </div>	エネルギー	たんぱく質	小 623kcal	25.8g	中 782kcal	30.6g	<div data-bbox="1103 542 1344 884" data-label="Complex-Block"> <p>8日</p> <p>なっとう</p> <p>アーモンド</p> <p>あえ</p> <p>ごはん</p> <p>にくじゃが</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 623kcal</td><td>25.8g</td></tr> <tr><td>中 782kcal</td><td>30.6g</td></tr> </table> </div>	エネルギー	たんぱく質	小 623kcal	25.8g	中 782kcal	30.6g	<div data-bbox="1344 542 1586 884" data-label="Complex-Block"> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>とりにく</p> <p>たまご</p> <p>なっとう</p> <p>こめ</p> <p>アーモンド</p> <p>さとう</p> <p>こんにやく</p> <p>じゃがいも</p> <p>あぶら</p> <p>にんじん</p> <p>えだまめ</p> <p>たまねぎ</p> <p>こまつな</p> <p>キャベツ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 581kcal</td><td>25.8g</td></tr> <tr><td>中 735kcal</td><td>34.4g</td></tr> </table> </div>	エネルギー	たんぱく質	小 581kcal	25.8g	中 735kcal	34.4g	<div data-bbox="1586 542 1827 884" data-label="Complex-Block"> <p>9日</p> <p>レモンふうみづけ</p> <p>のり</p> <p>ちぎりじゃこてん</p> <p>ごはん</p> <p>こまつな</p> <p>みそ</p> <p>じゃこすりみ</p> <p>すりみ</p> <p>のり</p> <p>こめ</p> <p>こむぎこ</p> <p>さつままいも</p> <p>あぶら</p> <p>さとう</p> <p>こまつな</p> <p>にんじん</p> <p>たまねぎ</p> <p>だいこん</p> <p>レモン</p> <p>きゅうり</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 591kcal</td><td>22.6g</td></tr> <tr><td>中 753kcal</td><td>27.2g</td></tr> </table> </div>	エネルギー	たんぱく質	小 591kcal	22.6g	中 753kcal	27.2g	<div data-bbox="1827 542 2068 884" data-label="Complex-Block"> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>みそ</p> <p>たまご</p> <p>じゃこすりみ</p> <p>すりみ</p> <p>のり</p> <p>こめ</p> <p>こむぎこ</p> <p>さつままいも</p> <p>あぶら</p> <p>さとう</p> <p>こまつな</p> <p>にんじん</p> <p>たまねぎ</p> <p>だいこん</p> <p>レモン</p> <p>きゅうり</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 611kcal</td><td>25.9g</td></tr> <tr><td>中 768kcal</td><td>32.0g</td></tr> </table> </div>	エネルギー	たんぱく質	小 611kcal	25.9g	中 768kcal	32.0g	<div data-bbox="2068 542 2310 884" data-label="Complex-Block"> <p>10日</p> <p>こんぶ</p> <p>サラダ</p> <p>パン</p> <p>クリーム</p> <p>スープ</p> <p>アーモンド</p> <p>いりこ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 611kcal</td><td>25.9g</td></tr> <tr><td>中 768kcal</td><td>32.0g</td></tr> </table> </div>	エネルギー	たんぱく質	小 611kcal	25.9g	中 768kcal	32.0g	<div data-bbox="2310 542 2551 884" data-label="Complex-Block"> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>とりにく</p> <p>ベーコン</p> <p>こんぶ</p> <p>にぼし</p> <p>パン</p> <p>アーモンド</p> <p>あぶら</p> <p>いんげんまめ</p> <p>ごまあぶら</p> <p>さとう</p> <p>パセリ</p> <p>コーン</p> <p>しめじ</p> <p>にんじん</p> <p>たまねぎ</p> <p>かぼちゃ</p> <p>キャベツ</p> <p>きゅうり</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 611kcal</td><td>25.9g</td></tr> <tr><td>中 768kcal</td><td>32.0g</td></tr> </table> </div>	エネルギー	たんぱく質	小 611kcal	25.9g	中 768kcal	32.0g
エネルギー	たんぱく質																																																																				
小 599kcal	23.9g																																																																				
中 920kcal	32.0g																																																																				
エネルギー	たんぱく質																																																																				
小 599kcal	23.9g																																																																				
中 920kcal	32.0g																																																																				
エネルギー	たんぱく質																																																																				
小 601kcal	22.5g																																																																				
中 757kcal	27.7g																																																																				
エネルギー	たんぱく質																																																																				
小 623kcal	25.8g																																																																				
中 782kcal	30.6g																																																																				
エネルギー	たんぱく質																																																																				
小 623kcal	25.8g																																																																				
中 782kcal	30.6g																																																																				
エネルギー	たんぱく質																																																																				
小 581kcal	25.8g																																																																				
中 735kcal	34.4g																																																																				
エネルギー	たんぱく質																																																																				
小 591kcal	22.6g																																																																				
中 753kcal	27.2g																																																																				
エネルギー	たんぱく質																																																																				
小 611kcal	25.9g																																																																				
中 768kcal	32.0g																																																																				
エネルギー	たんぱく質																																																																				
小 611kcal	25.9g																																																																				
中 768kcal	32.0g																																																																				
エネルギー	たんぱく質																																																																				
小 611kcal	25.9g																																																																				
中 768kcal	32.0g																																																																				
<div data-bbox="109 884 378 1226" data-label="Complex-Block"> <p>13日</p> <p>ヨーグルト</p> <p>ひじきの</p> <p>いため</p> <p>おやこ</p> <p>どんぶり</p> <p>(ぐ)</p> <p>むぎごはん</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 661kcal</td><td>32.4g</td></tr> <tr><td>中 826kcal</td><td>34.6g</td></tr> </table> </div>	エネルギー	たんぱく質	小 661kcal	32.4g	中 826kcal	34.6g	<div data-bbox="378 884 620 1226" data-label="Complex-Block"> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>あげ</p> <p>ひじき</p> <p>とりにく</p> <p>だいず</p> <p>ぶたにく</p> <p>ヨーグルト</p> <p>こめ</p> <p>むぎ</p> <p>さとう</p> <p>あぶら</p> <p>こんにやく</p> <p>ねぎ</p> <p>しいたけ</p> <p>にんじん</p> <p>たまねぎ</p> <p>こまつな</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 599kcal</td><td>23.9g</td></tr> <tr><td>中 920kcal</td><td>32.0g</td></tr> </table> </div>	エネルギー	たんぱく質	小 599kcal	23.9g	中 920kcal	32.0g	<div data-bbox="620 884 861 1226" data-label="Complex-Block"> <p>14日</p> <p>さんしょくあえ</p> <p>ししやもフライ</p> <p>(小:1び、中:2び)</p> <p>ゆかり</p> <p>ごはん</p> <p>きつね</p> <p>うどん</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 596kcal</td><td>21.8g</td></tr> <tr><td>中 805kcal</td><td>29.0g</td></tr> </table> </div>	エネルギー	たんぱく質	小 596kcal	21.8g	中 805kcal	29.0g	<div data-bbox="861 884 1103 1226" data-label="Complex-Block"> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>とりにく</p> <p>ポークウインナー</p> <p>たい</p> <p>パン</p> <p>うどん</p> <p>でんぶ</p> <p>さとう</p> <p>あぶら</p> <p>こむぎこ</p> <p>しそ</p> <p>パセリ</p> <p>セロリ</p> <p>にんじん</p> <p>たまねぎ</p> <p>レモン</p> <p>ピーマン</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 611kcal</td><td>29.7g</td></tr> <tr><td>中 763kcal</td><td>36.9g</td></tr> </table> </div>	エネルギー	たんぱく質	小 611kcal	29.7g	中 763kcal	36.9g	<div data-bbox="1103 884 1344 1226" data-label="Complex-Block"> <p>15日 旬…鯛のマリネ</p> <p>たい</p> <p>マリネ</p> <p>アップル</p> <p>パン</p> <p>やさい</p> <p>スープ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 611kcal</td><td>29.7g</td></tr> <tr><td>中 763kcal</td><td>36.9g</td></tr> </table> </div>	エネルギー	たんぱく質	小 611kcal	29.7g	中 763kcal	36.9g	<div data-bbox="1344 884 1586 1226" data-label="Complex-Block"> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>とりにく</p> <p>ポークウインナー</p> <p>たい</p> <p>パン</p> <p>じゃがいも</p> <p>でんぶ</p> <p>あぶら</p> <p>りんご</p> <p>パセリ</p> <p>セロリ</p> <p>にんじん</p> <p>たまねぎ</p> <p>レモン</p> <p>ピーマン</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 587kcal</td><td>25.5g</td></tr> <tr><td>中 752kcal</td><td>31.6g</td></tr> </table> </div>	エネルギー	たんぱく質	小 587kcal	25.5g	中 752kcal	31.6g	<div data-bbox="1586 884 1827 1226" data-label="Complex-Block"> <p>16日</p> <p>あまずづけ</p> <p>しそひじき</p> <p>ごはん</p> <p>あつあげ</p> <p>みそいため</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 587kcal</td><td>25.5g</td></tr> <tr><td>中 752kcal</td><td>31.6g</td></tr> </table> </div>	エネルギー	たんぱく質	小 587kcal	25.5g	中 752kcal	31.6g	<div data-bbox="1827 884 2068 1226" data-label="Complex-Block"> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>みそ</p> <p>わかめ</p> <p>あげどうふ</p> <p>ひじき</p> <p>ぶたにく</p> <p>こめ</p> <p>こんにやく</p> <p>あぶら</p> <p>さとう</p> <p>にんじん</p> <p>たまねぎ</p> <p>きゅうり</p> <p>キャベツ</p> <p>たけのこ</p> <p>しめじ</p> <p>きょうねぎ</p> <p>きくらげ</p> <p>しょうが</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 626kcal</td><td>28.5g</td></tr> <tr><td>中 772kcal</td><td>35.3g</td></tr> </table> </div>	エネルギー	たんぱく質	小 626kcal	28.5g	中 772kcal	35.3g	<div data-bbox="2068 884 2310 1226" data-label="Complex-Block"> <p>17日</p> <p>はるさめ</p> <p>サラダ</p> <p>こめ</p> <p>パン</p> <p>ビーフ</p> <p>シチュー</p> <p>いちご</p> <p>きよみタンゴール</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 626kcal</td><td>28.5g</td></tr> <tr><td>中 772kcal</td><td>35.3g</td></tr> </table> </div>	エネルギー	たんぱく質	小 626kcal	28.5g	中 772kcal	35.3g	<div data-bbox="2310 884 2551 1226" data-label="Complex-Block"> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>こめ</p> <p>パン</p> <p>さとう</p> <p>じゃがいも</p> <p>あぶら</p> <p>くるざとう</p> <p>はるさめ</p> <p>たまねぎ</p> <p>きゅうり</p> <p>にんじん</p> <p>だいこん</p> <p>にんにく</p> <p>コーン</p> <p>トマト</p> <p>ジュース</p> <p>キャットピュレ</p> <p>いちご</p> <p>きよみタンゴール</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 626kcal</td><td>28.5g</td></tr> <tr><td>中 772kcal</td><td>35.3g</td></tr> </table> </div>	エネルギー	たんぱく質	小 626kcal	28.5g	中 772kcal	35.3g
エネルギー	たんぱく質																																																																				
小 661kcal	32.4g																																																																				
中 826kcal	34.6g																																																																				
エネルギー	たんぱく質																																																																				
小 599kcal	23.9g																																																																				
中 920kcal	32.0g																																																																				
エネルギー	たんぱく質																																																																				
小 596kcal	21.8g																																																																				
中 805kcal	29.0g																																																																				
エネルギー	たんぱく質																																																																				
小 611kcal	29.7g																																																																				
中 763kcal	36.9g																																																																				
エネルギー	たんぱく質																																																																				
小 611kcal	29.7g																																																																				
中 763kcal	36.9g																																																																				
エネルギー	たんぱく質																																																																				
小 587kcal	25.5g																																																																				
中 752kcal	31.6g																																																																				
エネルギー	たんぱく質																																																																				
小 587kcal	25.5g																																																																				
中 752kcal	31.6g																																																																				
エネルギー	たんぱく質																																																																				
小 626kcal	28.5g																																																																				
中 772kcal	35.3g																																																																				
エネルギー	たんぱく質																																																																				
小 626kcal	28.5g																																																																				
中 772kcal	35.3g																																																																				
エネルギー	たんぱく質																																																																				
小 626kcal	28.5g																																																																				
中 772kcal	35.3g																																																																				
<div data-bbox="109 1226 378 1578" data-label="Complex-Block"> <p>20日</p> <p>チーズ</p> <p>フレンチ</p> <p>サラダ</p> <p>パン</p> <p>カレー</p> <p>スパゲティ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 637kcal</td><td>28.8g</td></tr> <tr><td>中 802kcal</td><td>35.2g</td></tr> </table> </div>	エネルギー	たんぱく質	小 637kcal	28.8g	中 802kcal	35.2g	<div data-bbox="378 1226 620 1578" data-label="Complex-Block"> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>ぶたにく</p> <p>だいず</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>チーズ</p> <p>パン</p> <p>さとう</p> <p>あぶら</p> <p>スパゲティ</p> <p>にんじん</p> <p>えだまめ</p> <p>たまねぎ</p> <p>きゅうり</p> <p>キャベツ</p> <p>なつみかん</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 637kcal</td><td>28.8g</td></tr> <tr><td>中 802kcal</td><td>35.2g</td></tr> </table> </div>	エネルギー	たんぱく質	小 637kcal	28.8g	中 802kcal	35.2g	<div data-bbox="735 1367 1009 1452" data-label="Section-Header"> <h2>しゅん ぶん ひ 春分の日</h2> </div>			<div data-bbox="1103 1226 1344 1578" data-label="Complex-Block"> <p>22日</p> <p>(小、西中)</p> <p>お祝いデザート</p> <p>ナムル</p> <p>ごはん</p> <p>ちゅうか</p> <p>いため</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 587kcal</td><td>20.5g</td></tr> <tr><td>中 710kcal</td><td>25.5g</td></tr> </table> </div>	エネルギー	たんぱく質	小 587kcal	20.5g	中 710kcal	25.5g	<div data-bbox="1344 1226 1586 1578" data-label="Complex-Block"> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>とりにく</p> <p>たまご</p> <p>ぶたにく</p> <p>こめ</p> <p>ごま</p> <p>(小)デザート</p> <p>ビーフ</p> <p>さとう</p> <p>あぶら</p> <p>ごまあぶら</p> <p>しいたけ</p> <p>しょうが</p> <p>きくらげ</p> <p>ねぎ</p> <p>キャベツ</p> <p>にんにく</p> <p>ほうれんそう</p> <p>たけのこ</p> <p>にんじん</p> <p>だいこん</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 603kcal</td><td>27.2g</td></tr> <tr><td>中 810kcal</td><td>34.3g</td></tr> </table> </div>	エネルギー	たんぱく質	小 603kcal	27.2g	中 810kcal	34.3g	<div data-bbox="1586 1226 1827 1578" data-label="Complex-Block"> <p>23日</p> <p>(雄新中、垣生中、余土中)</p> <p>デザート</p> <p>いか</p> <p>のり</p> <p>さらさあげ</p> <p>ごはん</p> <p>タイビー</p> <p>エン</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 603kcal</td><td>27.2g</td></tr> <tr><td>中 810kcal</td><td>34.3g</td></tr> </table> </div>	エネルギー	たんぱく質	小 603kcal	27.2g	中 810kcal	34.3g	<div data-bbox="1827 1226 2068 1578" data-label="Complex-Block"> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>とりにく</p> <p>いか</p> <p>かまぼこ</p> <p>えび</p> <p>こめ</p> <p>デザート</p> <p>はるさめ</p> <p>ごまあぶら</p> <p>でんぶ</p> <p>あぶら</p> <p>ねぎ</p> <p>しいたけ</p> <p>はくさい</p> <p>にんじん</p> <p>しょうが</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 603kcal</td><td>27.2g</td></tr> <tr><td>中 810kcal</td><td>34.3g</td></tr> </table> </div>	エネルギー	たんぱく質	小 603kcal	27.2g	中 810kcal	34.3g	<div data-bbox="2068 1226 2551 1578" data-label="Complex-Block"> <p>しゅん さかな やさいくだもの 旬の魚・野菜・果物</p> <p>たい</p> <p>みつば</p> <p>せとか</p> <p>ひじき</p> <p>デコポン</p> <p>きよみタンゴール</p> </div>																								
エネルギー	たんぱく質																																																																				
小 637kcal	28.8g																																																																				
中 802kcal	35.2g																																																																				
エネルギー	たんぱく質																																																																				
小 637kcal	28.8g																																																																				
中 802kcal	35.2g																																																																				
エネルギー	たんぱく質																																																																				
小 587kcal	20.5g																																																																				
中 710kcal	25.5g																																																																				
エネルギー	たんぱく質																																																																				
小 603kcal	27.2g																																																																				
中 810kcal	34.3g																																																																				
エネルギー	たんぱく質																																																																				
小 603kcal	27.2g																																																																				
中 810kcal	34.3g																																																																				
エネルギー	たんぱく質																																																																				
小 603kcal	27.2g																																																																				
中 810kcal	34.3g																																																																				

牛肉(北海道・愛媛・九州) 豚肉(愛媛) 鶏肉(愛媛) たい(愛媛) ぶり(岩手) ホキ(ニュージーランド) ししやも(ノルウェー) えび(インドネシア) いか(ペルー・チリ) 豆腐・あげ(カナダ・アメリカ・日本) かまぼこ・魚そうめん(北海道) 大豆(北海道) 小豆(北海道) 押もち麦(愛媛) じゃがいも(北海道・長崎・鹿児島・愛媛) にんじん(長崎・鹿児島・徳島) たまねぎ(北海道・愛媛) だいこん(長崎・熊本・大分・香川・愛媛・鹿児島・宮崎) きゅうり(愛媛・高知・熊本・宮崎) こまつな(愛媛・福岡・徳島・長野) ほうれんそう(愛媛・徳島) みつば(大分・高知・徳島) キャベツ(松山・愛媛・愛知・熊本) はくさい(長崎・徳島・愛媛・熊本・大分) 清見タンゴール(愛媛) デコポン(愛媛) えのきたけ(愛媛・宮崎・長野) しめじ(香川・福岡) しいたけ(長野) たけのこ(愛媛) きくらげ(松山) わかめ(宮城・岩手) ひじき(松山) のり(愛媛・香川)

※ (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】
 ※ エネルギー・たんぱく質の値は、日本食品標準成分表2020年度版(1訂)に基づいて算出しています。

※ 月に2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。
 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。
 松山市の学校給食のホームページ… <http://www.city.matsuyama.ehime.jp/kurashi/kosodate/kyuusyoku/gakkoukyusyoku.html>



<松山市HP>