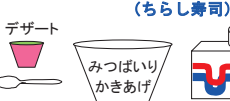
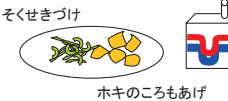
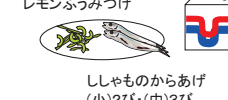
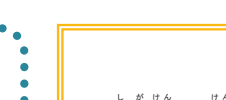


月曜日			火曜日			水曜日			木曜日			金曜日		
3日 行事食…ひなまつり (ちらし寿司)  デザート みつばいり かきあげ ちらしずし わかめじる エネルギー たんぱく質 小 653kcal 21.5g 中 806kcal 25.9g			4日 愛媛MP応援&コラボ給食… MPもってパワー！ もりもりごはん スパイシー親子煮  カラフルナムル スパイシーおやこに(カレーあじ) MPもってパワー！ もりもりごはん エネルギー たんぱく質 小 578kcal 27.2g 中 742kcal 33.9g			5日  ポイルやさい パン ミネストローネ チキンカツ エネルギー たんぱく質 小 604kcal 31.2g 中 754kcal 38.7g			6日 味めぐり…滋賀県  しそひじき なます ごはん じゅんじゅん エネルギー たんぱく質 小 575kcal 23.4g 中 735kcal 29.6g			7日  そくせきづけ ホキのころもあげ ごこまい いきりごはん きつねうどん エネルギー たんぱく質 小 633kcal 27.8g 中 793kcal 34.3g		
10日 行事食…卒業祝い (赤飯) 旬…鯛のレモンあえ  ゼリー たいのレモンあえ せきはん かきたまじる エネルギー たんぱく質 小 637kcal 25.9g 中 779kcal 31.7g			11日  えびのチリソース デコボン ごはん ちゅうかスープ エネルギー たんぱく質 小 587kcal 23.3g 中 740kcal 28.3g			12日  しょうゆドレッシング サラダ パン クリームシチュー だいずいりこ エネルギー たんぱく質 小 600kcal 28.1g 中 750kcal 34.6g			13日  ごまあえ とりてん ごはん かつあげのみそいため エネルギー たんぱく質 小 647kcal 32.2g 中 832kcal 40.1g			14日  レモンふうみづけ ししゃものからあげ(小)2び・(中)3び ごはん さつまじる エネルギー たんぱく質 小 568kcal 21.8g 中 743kcal 27.9g		
17日  せとか こんぶサラダ もちむぎごはん ハヤシライス(ルー) エネルギー たんぱく質 小 612kcal 20.5g 中 781kcal 25.3g			18日  こまつなおひたし いかのからあげ ごはん はちはいどうふ エネルギー たんぱく質 小 593kcal 29.6g 中 758kcal 36.3g			19日  プリン だいこんサラダ パン ひじき スパゲッティ エネルギー たんぱく質 小 591kcal 22.7g 中 737kcal 27.9g			20日  愛媛MP × 学校給食 コラボ給食 スパイシー親子煮 MPもってパワー！ もりもりごはん カレー粉でしっかりと下味をつけたひき肉が、やさしい親子煮の味を、スパイシーに変化してくれます。 もりもりご飯を食べて、全員野球で夢をつかみとってください！ (湯山中 軟式野球部より) 免疫力がアップする豚肉、鉄分やカルシウムが多いひじきと油揚げを入れました。 マンダリンパイレーツを応援しています！ (東雲小 1年生より)			21日  チーズ チリコンカン こくとうパン やさいスープ フライドポテト エネルギー たんぱく質 小 653kcal 32.4g 中 815kcal 39.7g		
24日  なつとう アーモンドあえ ごはん にくじゃが エネルギー たんぱく質 小 585kcal 23.2g 中 736kcal 27.3g			旬の魚・野菜・果物  たい みつば せとか ひじき デコボン きよみタンゴール			味めぐり【滋賀県】  あじ し げん 滋賀県は、県の総面積の約6分の1をしめる「琵琶湖」があり、豊富な水資源に恵まれています。そのため、稲作が盛んな上に、野菜、豆、芋など多くの農作物を生産しています。 また、琵琶湖では、「琵琶湖八珍」と呼ばれる、ビワマス、コアユ、ハス、ホンモロコ、ニゴロブナ、スジエビ、ゴリ、イサザが生息しています。 『じゅんじゅん』は、牛肉や鶏肉、琵琶湖で獲れた魚介、旬の野菜などをすき焼き風に味付けした鍋料理です。 この名前は、具材を鍋で煮るときに出る音が「じゅんじゅん」と聞こえたことに由来するといわれています。								

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・鶏肉(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(南米) えび(インドネシア) 豆腐・あげ(カナダ・栃木・アメリカ) 平天(北海道・アメリカ) 大豆(北海道) 小豆(北海道) 押もち麦(愛媛) たまねぎ(北海道・愛媛) じゃがいも(北海道・長崎・松山・鹿児島) こまつな(愛媛・福岡・徳島・茨城・和歌山・広島・長崎) にんじん(長崎・鹿児島・徳島) みつば(大分・高知・徳島) キャベツ(愛媛・愛知・松山・群馬・熊本) だいこん(長崎・熊本・大分・鹿児島・愛媛・香川) ごぼう(北海道・青森・岡山) きゅうり(愛媛・高知・熊本・宮崎・松山) 白菜(長崎・徳島・熊本・愛媛・兵庫) 清見タンゴール(愛媛) デコボン(愛媛・松山) レモン(愛媛) しめじ(香川・広島・福岡) たけのこ(愛媛) きくらげ(松山) しいたけ(日本) わかめ(宮城) こんぶ(北海道) 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品】
黄 (き) … 黄のグループ【熱や力のもとになる食品】
緑 (みどり) … 緑のグループ【からだの調子をととのえる食品】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/gakkoukyusyoku.html>

<松山市HP>