

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日																																																																																																																												
<p>旬の魚・野菜・果物</p>		<p>味のめぐり【大阪府】</p>		<p>1日 久米オリジナル献立</p>		<p>2日 旬…ほたてごはん</p>		<p>3日 味のめぐり…大阪府</p>																																																																																																																												
<p>5日</p> <table border="1"> <tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th></tr> <tr><td>小 629kcal</td><td>21.1g</td></tr> <tr><td>中 797kcal</td><td>25.7g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 629kcal	21.1g	中 797kcal	25.7g	<p>6日</p> <table border="1"> <tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th></tr> <tr><td>小 582kcal</td><td>28.9g</td></tr> <tr><td>中 723kcal</td><td>35.7g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 582kcal	28.9g	中 723kcal	35.7g	<p>7日</p> <table border="1"> <tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th></tr> <tr><td>小 629kcal</td><td>29.7g</td></tr> <tr><td>中 800kcal</td><td>37.1g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 629kcal	29.7g	中 800kcal	37.1g	<p>8日</p> <table border="1"> <tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th></tr> <tr><td>小 603kcal</td><td>26.4g</td></tr> <tr><td>中 771kcal</td><td>32.3g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 603kcal	26.4g	中 771kcal	32.3g	<p>9日</p> <table border="1"> <tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th></tr> <tr><td>小 609kcal</td><td>22.9g</td></tr> <tr><td>中 773kcal</td><td>28.1g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 609kcal	22.9g	中 773kcal	28.1g	<p>10日</p> <table border="1"> <tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th></tr> <tr><td>小 591kcal</td><td>24.7g</td></tr> <tr><td>中 748kcal</td><td>30.0g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 591kcal	24.7g	中 748kcal	30.0g	<p>11日</p> <table border="1"> <tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th></tr> <tr><td>小 666kcal</td><td>27.8g</td></tr> <tr><td>中 828kcal</td><td>34.5g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 666kcal	27.8g	中 828kcal	34.5g	<p>12日</p> <table border="1"> <tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th></tr> <tr><td>小 601kcal</td><td>25.1g</td></tr> <tr><td>中 756kcal</td><td>31.3g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 601kcal	25.1g	中 756kcal	31.3g	<p>13日</p> <table border="1"> <tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th></tr> <tr><td>小 611kcal</td><td>25.3g</td></tr> <tr><td>中 797kcal</td><td>32.3g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 611kcal	25.3g	中 797kcal	32.3g	<p>14日</p> <table border="1"> <tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th></tr> <tr><td>小 576kcal</td><td>19.5g</td></tr> <tr><td>中 740kcal</td><td>23.7g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 576kcal	19.5g	中 740kcal	23.7g	<p>15日</p> <table border="1"> <tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th></tr> <tr><td>小 607kcal</td><td>22.3g</td></tr> <tr><td>中 765kcal</td><td>27.4g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 607kcal	22.3g	中 765kcal	27.4g	<p>16日</p> <table border="1"> <tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th></tr> <tr><td>小 607kcal</td><td>22.3g</td></tr> <tr><td>中 765kcal</td><td>27.4g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 607kcal	22.3g	中 765kcal	27.4g	<p>17日</p> <table border="1"> <tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th></tr> <tr><td>小 666kcal</td><td>27.8g</td></tr> <tr><td>中 828kcal</td><td>34.5g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 666kcal	27.8g	中 828kcal	34.5g	<p>18日</p> <table border="1"> <tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th></tr> <tr><td>小 613kcal</td><td>28.5g</td></tr> <tr><td>中 766kcal</td><td>35.2g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 613kcal	28.5g	中 766kcal	35.2g	<p>19日</p> <table border="1"> <tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th></tr> <tr><td>小 611kcal</td><td>25.3g</td></tr> <tr><td>中 797kcal</td><td>32.3g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 611kcal	25.3g	中 797kcal	32.3g	<p>20日</p> <table border="1"> <tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th></tr> <tr><td>小 613kcal</td><td>28.5g</td></tr> <tr><td>中 766kcal</td><td>35.2g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 613kcal	28.5g	中 766kcal	35.2g	<p>21日 行事食…冬至 (かぼちゃのどぼろ煮)</p> <table border="1"> <tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th></tr> <tr><td>小 611kcal</td><td>25.3g</td></tr> <tr><td>中 797kcal</td><td>32.3g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 611kcal	25.3g	中 797kcal	32.3g	<p>22日</p> <table border="1"> <tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th></tr> <tr><td>小 576kcal</td><td>19.5g</td></tr> <tr><td>中 740kcal</td><td>23.7g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 576kcal	19.5g	中 740kcal	23.7g	<p>23日</p> <table border="1"> <tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th></tr> <tr><td>小 607kcal</td><td>22.3g</td></tr> <tr><td>中 765kcal</td><td>27.4g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 607kcal	22.3g	中 765kcal	27.4g
エネルギー	たんぱく質																																																																																																																																			
小 629kcal	21.1g																																																																																																																																			
中 797kcal	25.7g																																																																																																																																			
エネルギー	たんぱく質																																																																																																																																			
小 582kcal	28.9g																																																																																																																																			
中 723kcal	35.7g																																																																																																																																			
エネルギー	たんぱく質																																																																																																																																			
小 629kcal	29.7g																																																																																																																																			
中 800kcal	37.1g																																																																																																																																			
エネルギー	たんぱく質																																																																																																																																			
小 603kcal	26.4g																																																																																																																																			
中 771kcal	32.3g																																																																																																																																			
エネルギー	たんぱく質																																																																																																																																			
小 609kcal	22.9g																																																																																																																																			
中 773kcal	28.1g																																																																																																																																			
エネルギー	たんぱく質																																																																																																																																			
小 591kcal	24.7g																																																																																																																																			
中 748kcal	30.0g																																																																																																																																			
エネルギー	たんぱく質																																																																																																																																			
小 666kcal	27.8g																																																																																																																																			
中 828kcal	34.5g																																																																																																																																			
エネルギー	たんぱく質																																																																																																																																			
小 601kcal	25.1g																																																																																																																																			
中 756kcal	31.3g																																																																																																																																			
エネルギー	たんぱく質																																																																																																																																			
小 611kcal	25.3g																																																																																																																																			
中 797kcal	32.3g																																																																																																																																			
エネルギー	たんぱく質																																																																																																																																			
小 576kcal	19.5g																																																																																																																																			
中 740kcal	23.7g																																																																																																																																			
エネルギー	たんぱく質																																																																																																																																			
小 607kcal	22.3g																																																																																																																																			
中 765kcal	27.4g																																																																																																																																			
エネルギー	たんぱく質																																																																																																																																			
小 607kcal	22.3g																																																																																																																																			
中 765kcal	27.4g																																																																																																																																			
エネルギー	たんぱく質																																																																																																																																			
小 666kcal	27.8g																																																																																																																																			
中 828kcal	34.5g																																																																																																																																			
エネルギー	たんぱく質																																																																																																																																			
小 613kcal	28.5g																																																																																																																																			
中 766kcal	35.2g																																																																																																																																			
エネルギー	たんぱく質																																																																																																																																			
小 611kcal	25.3g																																																																																																																																			
中 797kcal	32.3g																																																																																																																																			
エネルギー	たんぱく質																																																																																																																																			
小 613kcal	28.5g																																																																																																																																			
中 766kcal	35.2g																																																																																																																																			
エネルギー	たんぱく質																																																																																																																																			
小 611kcal	25.3g																																																																																																																																			
中 797kcal	32.3g																																																																																																																																			
エネルギー	たんぱく質																																																																																																																																			
小 576kcal	19.5g																																																																																																																																			
中 740kcal	23.7g																																																																																																																																			
エネルギー	たんぱく質																																																																																																																																			
小 607kcal	22.3g																																																																																																																																			
中 765kcal	27.4g																																																																																																																																			

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) ほたて(北海道) いか(中南米) ホキ(ニュージーランド) ししゃも(ノルウェー) えび(インドネシア) 豆腐・厚揚げ・あげ(カナダ・アメリカ) かまぼこ・すり身・平天(北海道) 大豆(北海道) ブロッコリー(愛媛・香川・徳島・鳥取) かぼちゃ(トンガ・中南米・ニュージーランド・オセアニア州) 小松菜(愛媛・福岡・徳島) ほうれん草(愛媛・徳島・松山) 白菜(愛媛・徳島・熊本) かぶ(愛媛) だいこん(愛媛・熊本・長崎・松山・徳島・青森) 京ねぎ(愛媛・鳥取・大分) たけのこ(愛媛) れんこん(徳島) ゆず(高知) みかん(愛媛) 紅まどんな(愛媛) 里芋(九州) わかめ(宮城) ひじき(松山) 昆布(北海道) きくらげ(松山) えのきたけ(愛媛・宮崎・長野) しめじ(香川・福岡) しいたけ(長野)

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