

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	
<p>ご入学・ご進級 おめでとうございます!</p>	<p>9日</p> <p>フレッチ サラダ こめこパン クリーム シチュー きなこまめ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 611kcal 28.5g 中 764kcal 35.3g</p>	<p>10日 久米オリジナル献立</p> <p>きよみタンゴール かきあげ もちむぎいり なのはなごはん</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 594kcal 23.6g 中 753kcal 29.4g</p>	<p>11日</p> <p>こんぶ サラダ パン ポークビーンズ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 610kcal 28.2g 中 767kcal 34.8g</p>	<p>12日</p> <p>ホキの からあげ のり ごはん ごもくあんかけ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 617kcal 31.4g 中 787kcal 39.1g</p>	
<p>15日 とれたて感謝の日…磯煮</p> <p>すだちふうみづけ ししゃものからあげ (小)2び(中)3び ごはん いそに</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 580kcal 24.8g 中 758kcal 31.7g</p>	<p>16日</p> <p>チーズ はるキャベツの サラダ ひめむぎパン ミート スパゲティ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 615kcal 27.9g 中 784kcal 34.6g</p>	<p>17日 味めぐり…愛媛県 とれたてピチピチ魚の日</p> <p>キャベツのおひたし たいのからあげ たけのこ ごはん とうふじる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 567kcal 26.3g 中 723kcal 32.8g</p>	<p>18日</p> <p>チキンチキン ごぼう きよみタンゴール ごはん ワンタン スープ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 619kcal 25.8g 中 783kcal 31.7g</p>	<p>19日</p> <p>すもの さばのしょうがに ごはん はるキャベツの みそしる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 563kcal 21.2g 中 730kcal 26.2g</p>	
<p>22日</p> <p>あつあげと あおなの にびたし (中)なっとう ごはん じゃがいもの そぼろに</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 567kcal 22.9g 中 762kcal 31.6g</p>	<p>23日 とれたて感謝の日 …春キャベツのポトフ</p> <p>しょうゆ ドレッシング サラダ こくとうパン はるキャベツの ポトフ いかのからあげ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 611kcal 28.2g 中 781kcal 36.2g</p>	<p>24日 行事食…入学・進級祝い(松山県) とれたてピチピチ魚の日</p> <p>しそひじきあえ こくとうパン さとう じゃがいも あぶら こむぎこ でんぶ まつやますし すましじる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 599kcal 23.0g 中 762kcal 28.4g</p>	<p>25日</p> <p>カラマンダリン とりにくの トマトソースに ごはん ミネストローネ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 595kcal 23.8g 中 753kcal 29.1g</p>	<p>26日</p> <p>コーン サラダ ごさかな もちむぎ ごはん カレーライス (ルー)</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 624kcal 24.0g 中 789kcal 28.5g</p>	
<p>令和6年度も食材価格高騰分を 松山市が負担し、 児童生徒の給食費は据え置きます</p> <p>近年の物価高騰により、学校給食用 食材も値上がりしていますが、松山市 が値上がり分を負担し、保護者の皆様 の経済的負担を増やすことなく、栄養 バランスと量が保たれた給食を引き続 き提供します。</p>	<p>30日 久米オリジナル献立</p> <p>にくだんこの あまずに ちゅうかう たきこみごはん やさいたつぶり スープ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 602kcal 25.9g 中 765kcal 32.2g</p>	<p>あし えひめけん 味めぐり【愛媛県】</p> <p>『たけのこご飯』は、旬のたけのこを使った春の代表的な料理です。愛媛県で栽培されるたけのこは、ほとんどが孟宗竹という品種で、松山市は、湯山地区で採れるものが有名です。昔、宮本右衛門という人が京都から持ち帰って植えたのが始まりといわれています。新鮮なものは、身がやわらかくえぐみが少なく、甘みのあるうま味と、シャキシャキした歯ごたえが特徴です。</p>			<p>旬の魚・野菜・果物</p> <p>たい さやえんどう パセリ わかめ はるキャベツ レタス たけのこ カラマンダリン きよみタンゴール</p>

豚肉・鶏肉(愛媛) たい(愛媛) さば(ノルウェー) 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) 豆腐・厚揚げ(カナダ・愛知) あげ(カナダ・アメリカ) 平天(北海道・アメリカ) 大豆(北海道) 押もち麦(愛媛) ひじき(松山) のり(佐賀) じゃがいも(北海道・鹿児島・長崎・愛媛) こまつな(愛媛・福岡・徳島・広島・茨城) キャベツ(愛媛・熊本・徳島・愛知・鹿児島・松山) きゅうり(愛媛・高知・宮崎・熊本) たまねぎ(松山・北海道・愛媛) にんじん(徳島・鹿児島・長崎) ごぼう(岡山・宮崎・青森・北海道・熊本) だいこん(熊本・長崎・香川・大分・徳島・鹿児島・福岡) パセリ(香川・徳島・愛媛) 清見タンゴール(愛媛) カラマンダリン(愛媛) えのき茸(愛媛・宮崎) しめじ(香川・福岡) たけのこ(愛媛) しいたけ(三重) きくらげ(愛媛) マッシュルーム(千葉) わかめ(宮城) こんぶ(北海道)

※ (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  
 とれたて感謝の日…松山産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、不明な点がございましたら、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>

