

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日																																																																																																																																																												
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="border: 2px dashed red; padding: 5px; text-align: center;"> <p>にゅうがく しんきゅう <b>ご入学・ご進級</b> おめでとう ございます</p> </div> <div style="border: 2px dashed blue; padding: 5px; text-align: center;"> <p>しゆん さかな や さい くだもの <b>旬の魚・野菜・果物</b></p> </div> </div>																																																																																																																																																																
<p><b>9日</b></p> <p>黄 ごめ どんぶん あぶら さとう ごまあぶら</p> <p>赤 ぎゅうにゅう わかめ とりにく あげどうふ</p> <p>緑 しょうが たけのこ きくらげ キヤベツ ピーマン にんじん たまねぎ</p> <p>ナムル ごはん あつあげのちゅうかいため</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 565kcal</td><td>24.7g</td></tr> <tr><td>中 715kcal</td><td>30.1g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 565kcal	24.7g	中 715kcal	30.1g	<p><b>10日</b></p> <p>黄 ごめ さとう すいとん あぶら ごまあぶら</p> <p>赤 ぎゅうにゅう わかめ とりにく みそ</p> <p>緑 だいこん たけのこ ねぎ ごぼう にんじん しょうが こまつな キヤベツ</p> <p>さんしょくあえ ホキのたつたあげ わかめ だんごじる</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 571kcal</td><td>23.2g</td></tr> <tr><td>中 738kcal</td><td>29.2g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 571kcal	23.2g	中 738kcal	29.2g	<p><b>11日</b></p> <p>黄 ごめ あぶら さとう じゃがいも</p> <p>赤 ぎゅうにゅう わかめ とりにく みそ</p> <p>緑 だいこん たけのこ ねぎ ごぼう にんじん しょうが こまつな キヤベツ</p> <p>ジャム こんぶ サラダ ひめむぎパン ポーク ビーンズ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 615kcal</td><td>27.0g</td></tr> <tr><td>中 790kcal</td><td>33.9g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 615kcal	27.0g	中 790kcal	33.9g	<p><b>12日</b></p> <p>黄 ごめ どんぶん さとう あぶら じゃがいも</p> <p>赤 ぎゅうにゅう とりにく だいず (中)なつとう</p> <p>緑 たまねぎ にんじん かぼちゃ グリンピース さやいんげん</p> <p>ごはんなつとう かきあげ ごはん じゃがいものそぼろに</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 633kcal</td><td>23.6g</td></tr> <tr><td>中 843kcal</td><td>32.0g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 633kcal	23.6g	中 843kcal	32.0g	<p><b>13日</b></p> <p>黄 ごめ どんぶん さとう あぶら じゃがいも</p> <p>赤 ぎゅうにゅう とりにく だいず (中)なつとう</p> <p>緑 たまねぎ にんじん かぼちゃ グリンピース さやいんげん</p> <p>しそひきあえ さばのみぞれに ごはん さわにわん</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 577kcal</td><td>23.7g</td></tr> <tr><td>中 756kcal</td><td>30.0g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 577kcal	23.7g	中 756kcal	30.0g	<p><b>14日</b></p> <p>黄 ごめ どんぶん さとう あぶら じゃがいも</p> <p>赤 ぎゅうにゅう とりにく だいず (中)なつとう</p> <p>緑 たまねぎ にんじん かぼちゃ グリンピース さやいんげん</p> <p>しょうゆ ドレッシングサラダ パン ミートスパゲッティ 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 595kcal</td><td>26.8g</td></tr> <tr><td>中 759kcal</td><td>34.5g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 595kcal	26.8g	中 759kcal	34.5g	<p><b>15日</b></p> <p>黄 ごめ どんぶん さとう</p> <p>赤 ぎゅうにゅう あげ ぶたにく さば</p> <p>緑 ねぎ たけのこ もやし にんじん しいたけ だいこん ほうれんそう</p> <p>パン フルーツあえ はるキャベツのポトフ</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>24.8g</td></tr> <tr><td>中 733kcal</td><td>30.2g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 587kcal	24.8g	中 733kcal	30.2g	<p><b>16日</b></p> <p>黄 ごめ どんぶん さとう あぶら じゃがいも</p> <p>赤 ぎゅうにゅう とりにく じゃがいも</p> <p>緑 たまねぎ にんじん えだまめ にんにく だいこん きゅうり</p> <p>パン フルーツあえ はるキャベツのポトフ</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>24.8g</td></tr> <tr><td>中 733kcal</td><td>30.2g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 587kcal	24.8g	中 733kcal	30.2g	<p><b>17日</b></p> <p>黄 ごめ じゃがいも こむぎこ さとう あぶら</p> <p>赤 ぎゅうにゅう みそ あげ すりみ</p> <p>緑 キャベツ たまねぎ ごぼう きくらげ にんじん はくさい マッシュルーム きよみタンゴール</p> <p>のり おひたし つくねあげ もちむぎ キャベツのみそしる</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 573kcal</td><td>21.9g</td></tr> <tr><td>中 727kcal</td><td>26.7g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 573kcal	21.9g	中 727kcal	26.7g	<p><b>18日</b></p> <p>黄 ごめ じゃがいも さとう じゃがいも</p> <p>赤 ぎゅうにゅう とりにく わかめ</p> <p>緑 たまねぎ キヤベツ だいこん えだまめ</p> <p>とれたて感謝の日… 春キャベツのサラダ はるキャベツのサラダ とりごぼうピラフ クリームスープ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 562kcal</td><td>21.2g</td></tr> <tr><td>中 715kcal</td><td>26.1g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 562kcal	21.2g	中 715kcal	26.1g	<p><b>19日</b></p> <p>黄 ごめ どんぶん さとう あぶら じゃがいも</p> <p>赤 ぎゅうにゅう とりにく じゃがいも</p> <p>緑 たまねぎ にんじん しいたけ だいこん えだまめ</p> <p>ごめ さとう じゃがいも</p> <p>パン みそ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 562kcal</td><td>21.2g</td></tr> <tr><td>中 715kcal</td><td>26.1g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 562kcal	21.2g	中 715kcal	26.1g	<p><b>20日</b></p> <p>黄 ごめ どんぶん さとう あぶら じゃがいも</p> <p>赤 ぎゅうにゅう とりにく じゃがいも</p> <p>緑 たまねぎ にんじん えだまめ にんにく だいこん きゅうり</p> <p>ごめ さとう</p> <p>チーズ だいこん サラダ もちむぎ カレーライス(ルー)</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 618kcal</td><td>21.2g</td></tr> <tr><td>中 794kcal</td><td>25.7g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 618kcal	21.2g	中 794kcal	25.7g	<p><b>21日</b></p> <p>黄 ごめ どんぶん さとう あぶら じゃがいも</p> <p>赤 ぎゅうにゅう とりにく じゃがいも</p> <p>緑 たまねぎ にんじん えだまめ にんにく だいこん きゅうり</p> <p>ごめ さとう</p> <p>フルーツ あえ はるキャベツのポトフ</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>24.8g</td></tr> <tr><td>中 733kcal</td><td>30.2g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 587kcal	24.8g	中 733kcal	30.2g	<p><b>22日</b></p> <p>黄 ごめ どんぶん さとう あぶら じゃがいも</p> <p>赤 ぎゅうにゅう とりにく じゃがいも</p> <p>緑 たまねぎ にんじん えだまめ にんにく だいこん きゅうり</p> <p>ごめ さとう</p> <p>パン フルーツあえ はるキャベツのポトフ</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>24.8g</td></tr> <tr><td>中 733kcal</td><td>30.2g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 587kcal	24.8g	中 733kcal	30.2g	<p><b>23日</b></p> <p>黄 ごめ どんぶん さとう あぶら じゃがいも</p> <p>赤 ぎゅうにゅう とりにく じゃがいも</p> <p>緑 たまねぎ にんじん えだまめ にんにく だいこん きゅうり</p> <p>ごめ さとう</p> <p>パン フルーツあえ はるキャベツのポトフ</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>24.8g</td></tr> <tr><td>中 733kcal</td><td>30.2g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 587kcal	24.8g	中 733kcal	30.2g	<p><b>24日</b></p> <p>黄 ごめ どんぶん さとう あぶら じゃがいも</p> <p>赤 ぎゅうにゅう とりにく じゃがいも</p> <p>緑 たまねぎ にんじん えだまめ にんにく だいこん きゅうり</p> <p>ごめ さとう</p> <p>パン フルーツあえ はるキャベツのポトフ</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>24.8g</td></tr> <tr><td>中 733kcal</td><td>30.2g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 587kcal	24.8g	中 733kcal	30.2g	<p><b>25日</b></p> <p>黄 ごめ どんぶん さとう あぶら じゃがいも</p> <p>赤 ぎゅうにゅう とりにく じゃがいも</p> <p>緑 たまねぎ にんじん えだまめ にんにく だいこん きゅうり</p> <p>ごめ さとう</p> <p>パン フルーツあえ はるキャベツのポトフ</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>24.8g</td></tr> <tr><td>中 733kcal</td><td>30.2g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 587kcal	24.8g	中 733kcal	30.2g	<p><b>26日</b></p> <p>黄 ごめ どんぶん さとう あぶら じゃがいも</p> <p>赤 ぎゅうにゅう とりにく じゃがいも</p> <p>緑 たまねぎ にんじん えだまめ にんにく だいこん きゅうり</p> <p>ごめ さとう</p> <p>パン フルーツあえ はるキャベツのポトフ</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>24.8g</td></tr> <tr><td>中 733kcal</td><td>30.2g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 587kcal	24.8g	中 733kcal	30.2g	<p><b>27日</b></p> <p>黄 ごめ どんぶん さとう あぶら じゃがいも</p> <p>赤 ぎゅうにゅう とりにく じゃがいも</p> <p>緑 たまねぎ にんじん えだまめ にんにく だいこん きゅうり</p> <p>ごめ さとう</p> <p>パン フルーツあえ はるキャベツのポトフ</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>24.8g</td></tr> <tr><td>中 733kcal</td><td>30.2g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 587kcal	24.8g	中 733kcal	30.2g	<p><b>28日</b></p> <p>黄 ごめ どんぶん さとう あぶら じゃがいも</p> <p>赤 ぎゅうにゅう とりにく じゃがいも</p> <p>緑 たまねぎ にんじん えだまめ にんにく だいこん きゅうり</p> <p>ごめ さとう</p> <p>パン フルーツあえ はるキャベツのポトフ</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>24.8g</td></tr> <tr><td>中 733kcal</td><td>30.2g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 587kcal	24.8g	中 733kcal	30.2g	<p><b>29日</b></p> <p>黄 ごめ どんぶん さとう あぶら じゃがいも</p> <p>赤 ぎゅうにゅう とりにく じゃがいも</p> <p>緑 たまねぎ にんじん えだまめ にんにく だいこん きゅうり</p> <p>ごめ さとう</p> <p>パン フルーツあえ はるキャベツのポトフ</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>24.8g</td></tr> <tr><td>中 733kcal</td><td>30.2g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 587kcal	24.8g	中 733kcal	30.2g	<p><b>30日</b></p> <p>黄 ごめ どんぶん さとう あぶら じゃがいも</p> <p>赤 ぎゅうにゅう とりにく じゃがいも</p> <p>緑 たまねぎ にんじん えだまめ にんにく だいこん きゅうり</p> <p>ごめ さとう</p> <p>パン フルーツあえ はるキャベツのポトフ</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>24.8g</td></tr> <tr><td>中 733kcal</td><td>30.2g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 587kcal	24.8g	中 733kcal	30.2g	<p><b>31日</b></p> <p>黄 ごめ どんぶん さとう あぶら じゃがいも</p> <p>赤 ぎゅうにゅう とりにく じゃがいも</p> <p>緑 たまねぎ にんじん えだまめ にんにく だいこん きゅうり</p> <p>ごめ さとう</p> <p>パン フルーツあえ はるキャベツのポトフ</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>24.8g</td></tr> <tr><td>中 733kcal</td><td>30.2g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 587kcal	24.8g	中 733kcal	30.2g
エネルギー	たんぱく質																																																																																																																																																															
小 565kcal	24.7g																																																																																																																																																															
中 715kcal	30.1g																																																																																																																																																															
エネルギー	たんぱく質																																																																																																																																																															
小 571kcal	23.2g																																																																																																																																																															
中 738kcal	29.2g																																																																																																																																																															
エネルギー	たんぱく質																																																																																																																																																															
小 615kcal	27.0g																																																																																																																																																															
中 790kcal	33.9g																																																																																																																																																															
エネルギー	たんぱく質																																																																																																																																																															
小 633kcal	23.6g																																																																																																																																																															
中 843kcal	32.0g																																																																																																																																																															
エネルギー	たんぱく質																																																																																																																																																															
小 577kcal	23.7g																																																																																																																																																															
中 756kcal	30.0g																																																																																																																																																															
エネルギー	たんぱく質																																																																																																																																																															
小 595kcal	26.8g																																																																																																																																																															
中 759kcal	34.5g																																																																																																																																																															
エネルギー	たんぱく質																																																																																																																																																															
小 587kcal	24.8g																																																																																																																																																															
中 733kcal	30.2g																																																																																																																																																															
エネルギー	たんぱく質																																																																																																																																																															
小 587kcal	24.8g																																																																																																																																																															
中 733kcal	30.2g																																																																																																																																																															
エネルギー	たんぱく質																																																																																																																																																															
小 573kcal	21.9g																																																																																																																																																															
中 727kcal	26.7g																																																																																																																																																															
エネルギー	たんぱく質																																																																																																																																																															
小 562kcal	21.2g																																																																																																																																																															
中 715kcal	26.1g																																																																																																																																																															
エネルギー	たんぱく質																																																																																																																																																															
小 562kcal	21.2g																																																																																																																																																															
中 715kcal	26.1g																																																																																																																																																															
エネルギー	たんぱく質																																																																																																																																																															
小 618kcal	21.2g																																																																																																																																																															
中 794kcal	25.7g																																																																																																																																																															
エネルギー	たんぱく質																																																																																																																																																															
小 587kcal	24.8g																																																																																																																																																															
中 733kcal	30.2g																																																																																																																																																															
エネルギー	たんぱく質																																																																																																																																																															
小 587kcal	24.8g																																																																																																																																																															
中 733kcal	30.2g																																																																																																																																																															
エネルギー	たんぱく質																																																																																																																																																															
小 587kcal	24.8g																																																																																																																																																															
中 733kcal	30.2g																																																																																																																																																															
エネルギー	たんぱく質																																																																																																																																																															
小 587kcal	24.8g																																																																																																																																																															
中 733kcal	30.2g																																																																																																																																																															
エネルギー	たんぱく質																																																																																																																																																															
小 587kcal	24.8g																																																																																																																																																															
中 733kcal	30.2g																																																																																																																																																															
エネルギー	たんぱく質																																																																																																																																																															
小 587kcal	24.8g																																																																																																																																																															
中 733kcal	30.2g																																																																																																																																																															
エネルギー	たんぱく質																																																																																																																																																															
小 587kcal	24.8g																																																																																																																																																															
中 733kcal	30.2g																																																																																																																																																															
エネルギー	たんぱく質																																																																																																																																																															
小 587kcal	24.8g																																																																																																																																																															
中 733kcal	30.2g																																																																																																																																																															
エネルギー	たんぱく質																																																																																																																																																															
小 587kcal	24.8g																																																																																																																																																															
中 733kcal	30.2g																																																																																																																																																															
エネルギー	たんぱく質																																																																																																																																																															
小 587kcal	24.8g																																																																																																																																																															
中 733kcal	30.2g																																																																																																																																																															
エネルギー	たんぱく質																																																																																																																																																															
小 587kcal	24.8g																																																																																																																																																															
中 733kcal	30.2g																																																																																																																																																															
<p><b>とれたて感謝の日…</b></p> <p>令和7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>近年続いている物価高騰に加え、昨年から米などの価格上昇もあり、学校給食用食材も値上がりしています。松山市では値上がり分を負担することで、保護者の皆様の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><b>味めぐり【埼玉県】</b></p> <p>『かてめし』は埼玉県に伝わる郷土料理です。昔は、米が貴重な食べ物であったことから、季節の野菜を混ぜて量を増やしていました。混ぜ合わせるという意味の「かてる」から「かてめし」と呼ばれるようになりました。</p> <p>『煮ぼうとう』は深谷地区に伝わる郷土料理です。繊維のきめが細かく柔らかい「深谷ねぎ」をはじめ、地元で収穫される野菜と、「ひもかわ」と呼ばれる幅の広い麺を煮込んで作ります。</p>																																																																																																																																																																

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) さば(ノルウェー) ホキ(ニュージーランド) いか(南米) えび(インドネシア) 豆腐(カナダ・愛媛) あげ(カナダ) 魚そうめん・すり身・平天(北海道) 大豆(北海道) 押もち麦(愛媛) たまねぎ(松山・愛媛・北海道) にんじん(徳島・鹿児島・長崎・福岡) じゃがいも(北海道・鹿児島・長崎) キヤベツ(愛媛・愛知・松山・熊本・鹿児島) きゅうり(愛媛・高知・宮崎・熊本) しょうが(高知・熊本・愛媛) だいこん(長崎・熊本・香川・愛媛・大分・福岡・鹿児島) ごぼう(宮崎・岡山・青森・北海道) たけのこ(愛媛) はくさい(長崎・熊本・大分・徳島) こまつな(愛媛・福岡・徳島・広島・茨城) ほうれん草(愛媛・徳島・香川・福岡) 清見タンゴール(愛媛) カラマンダリン(愛媛・松山) しめじ(香川・福岡・広島) きくらげ(愛媛) ひじき(松山) わかめ(宮城)

※ (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。  
 黄(ぎ) … 黄のグループ【熱や力のもとになる食品】  
 赤(あか) … 赤のグループ【血や筋肉や骨をつくる食品】  
 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  
 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

