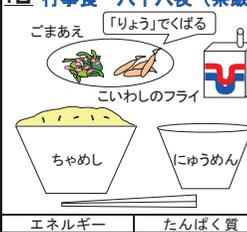
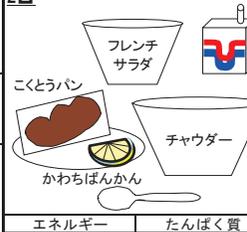
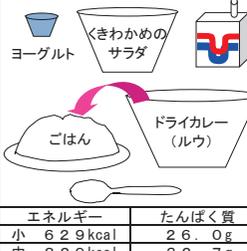
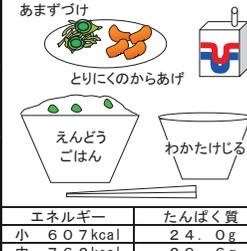
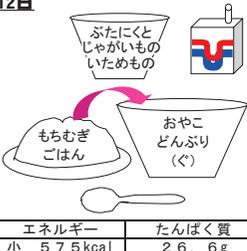
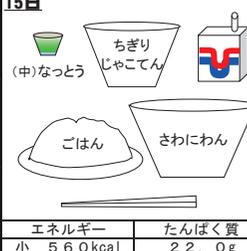
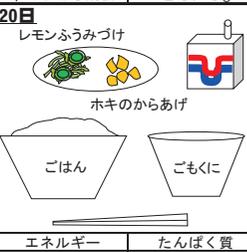
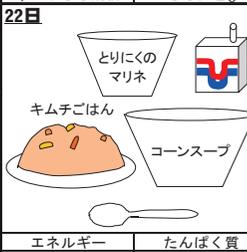
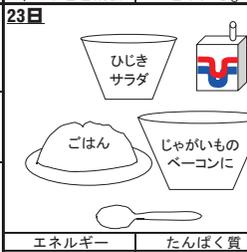
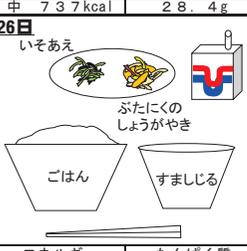
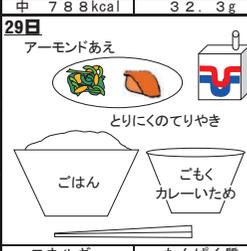


月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	
<p>あじ ぐん まげん 味めぐり【群馬県】</p> <p>群馬県は、小麦の生産が盛んであることから、小麦粉を使用した郷土料理が多くあります。その代表的な料理が『おきりこみ』です。小麦粉で作られた幅広い麺を切り込みながら鍋に入れ、野菜やきのこなどと一緒で煮込みます。 『上州きんぴら』は、昭和58年に開催された「あかぎ国体」の時に、特産品のこんにやくなどを使って考案された郷土料理です。群馬県の山をイメージして太く切ったごぼうを入れるのが特長です。</p> 		<p>しゅん さかな や さい くだもの 旬の魚・野菜・果物</p> 		<p>1日 行食事…八十八夜(茶飯)</p> <p>ごまあえ 「りょう」でくぼる</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 5.6.3kcal 2.0.6g 中 7.2.2kcal 2.5.1g</p>	<p>2日</p> <p>こくとうパン じゃがいも あぶら さとう</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 5.8.1kcal 2.3.6g 中 7.2.0kcal 2.8.7g</p>
<p>5日</p> <p>こどもの日</p> 		<p>6日</p> <p>振替休日</p>		<p>7日</p> <p>きわかめのサラダ</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 6.2.9kcal 2.6.0g 中 8.2.9kcal 3.2.7g</p>	<p>8日 旬…えんどうごはん</p> <p>あますづけ</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 6.0.7kcal 2.4.0g 中 7.6.2kcal 2.9.6g</p>
<p>12日</p> <p>ぶたにくとじゃがいものいためもの</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 5.7.5kcal 2.6.6g 中 7.3.9kcal 3.3.8g</p>	<p>13日 旬…そら豆のかき揚げ</p> <p>そら豆のかき揚げ</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 5.8.1kcal 2.1.8g 中 7.4.0kcal 2.6.5g</p>	<p>14日</p> <p>チーズ</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 6.1.3kcal 2.6.7g 中 7.7.1kcal 3.3.0g</p>	<p>15日</p> <p>ちぎりじゃこてん</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 5.6.0kcal 2.2.0g 中 7.5.0kcal 3.0.2g</p>	<p>16日</p> <p>ごまドレッシング</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 5.7.1kcal 2.3.0g 中 7.2.2kcal 2.7.5g</p>	
<p>19日 とれたて感謝の日</p> <p>…新たまねぎのみそ汁</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 5.7.9kcal 2.3.3g 中 7.3.7kcal 2.8.4g</p>	<p>20日</p> <p>レモンふうみづけ</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 6.2.6kcal 2.8.4g 中 7.9.0kcal 3.5.6g</p>	<p>21日</p> <p>きりぼしだいこんのちゅうかサラダ</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 6.0.2kcal 2.6.4g 中 7.6.3kcal 3.5.9g</p>	<p>22日</p> <p>とりにくのマリネ</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 6.0.2kcal 2.6.4g 中 7.8.8kcal 3.2.3g</p>	<p>23日</p> <p>ひじきサラダ</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 5.6.5kcal 1.6.9g 中 7.2.0kcal 2.0.2g</p>	
<p>26日</p> <p>いそあえ</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 5.6.8kcal 2.7.9g 中 7.2.1kcal 3.4.5g</p>	<p>27日 味めぐり…群馬県</p> <p>しょうじゅう きんぴら</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 5.7.2kcal 2.3.2g 中 7.2.4kcal 2.8.7g</p>	<p>28日</p> <p>パンサンスー</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 5.8.4kcal 3.0.2g 中 7.3.1kcal 3.7.5g</p>	<p>29日</p> <p>アーモンドあえ</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 6.4.8kcal 2.9.3g 中 8.1.3kcal 3.6.6g</p>	<p>30日 スメオオリジナル献立</p> <p>キャベツのおひたし</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 6.1.1kcal 2.6.0g 中 7.8.3kcal 3.2.2g</p>	

豚肉・鶏肉(愛媛) いわし(香川) ホキ(ニュージーランド) えび(インドネシア) 豆腐・あげ(カナダ・栃木・岐阜・アメリカ) 魚そうめん・すりみ・平天(北海道) 大豆(北海道) 押もち麦(愛媛) じゃがいも(長崎・鹿児島・愛媛) こまつな(愛媛・福岡・徳島・茨城) チンゲン菜(徳島・福岡・愛媛) なら(高知・宮崎・長崎) にんじん(徳島・熊本・長崎) えんどう豆(愛媛・和歌山) キャベツ(愛媛・愛知・熊本・徳島・大分・香川) きゅうり(愛媛・高知・宮崎・熊本) ごぼう(岡山・青森・鹿児島) そら豆(愛媛) だいこん(長崎・香川・熊本・鹿児島・愛媛) さといも(宮崎) たまねぎ(愛媛・松山・北海道) 河内晩柑(愛媛) レモン(愛媛・広島) えのき茸(愛媛・宮崎・熊本) 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(三重) わかめ(宮城・岩手) きわかめ(徳島) のり(香川) ひじき(松山) 緑茶(日本)

※ (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(き) … 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
 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/gakkoukyuusyoku.html>

