

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>旬の魚・野菜・果物</p>	<p>旬の魚・野菜・果物</p>	<p>9日</p> <p>きよみ タンゴール ナムル</p> <p>ごはん あつあげのちゅうがいため</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 583kcal 25.0g 中 744kcal 31.0g</p>	<p>10日 味めぐり…埼玉県</p> <p>ホキのみそがらめ</p> <p>かてめし にぼうとう</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 577kcal 23.1g 中 720kcal 29.0g</p>	<p>11日</p> <p>ジャム ごんぶサラダ</p> <p>ひめむぎパン</p> <p>ポークビーンズ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 615kcal 27.0g 中 790kcal 33.9g</p>
<p>14日</p> <p>かきあげ</p> <p>ごはん</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 633kcal 23.6g 中 843kcal 32.0g</p>	<p>15日</p> <p>しそひじきあえ</p> <p>さばのみぞれに</p> <p>ごはん さわにわん</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 577kcal 23.7g 中 756kcal 30.0g</p>	<p>16日</p> <p>しょうゆ ドレッシングサラダ</p> <p>パン</p> <p>ミートスパゲッティ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 582kcal 26.6g 中 751kcal 34.4g</p>	<p>17日</p> <p>きりぼしだいのちゅうがきサラダ</p> <p>ごはん</p> <p>とうふのごもくあんかけ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 558kcal 24.1g 中 717kcal 30.1g</p>	<p>18日 とれたて感謝の日… 春キャベツのサラダ</p> <p>はるキャベツのサラダ</p> <p>こめこパン</p> <p>クリームスープ</p> <p>こにぼしのかきあげ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 598kcal 30.1g 中 746kcal 36.8g</p>
<p>21日</p> <p>さんしょくあえ</p> <p>ホキのたつたあげ</p> <p>わかめ</p> <p>だんごじる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 571kcal 23.2g 中 738kcal 29.2g</p>	<p>22日</p> <p>チーズ</p> <p>だいこんサラダ</p> <p>もちむぎごはん</p> <p>カレーライス(ルー)</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 618kcal 21.2g 中 786kcal 25.9g</p>	<p>23日</p> <p>ヨーグルト</p> <p>コーンサラダ</p> <p>パン</p> <p>はるキャベツのポトフ</p> <p>きなこまめ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 575kcal 24.9g 中 715kcal 30.4g</p>	<p>24日 行事食…入学・進級お祝い(松山鮓)</p> <p>キャベツのおひたし</p> <p>とりにくのかからあげ</p> <p>まつやまずし</p> <p>すまじる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 580kcal 22.8g 中 716kcal 30.2g</p>	<p>25日</p> <p>おひたし</p> <p>のり</p> <p>つくねあげ</p> <p>もちむぎごはん</p> <p>キャベツのみそじる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 621kcal 23.0g 中 786kcal 28.3g</p>
<p>28日 とれたて感謝の日…磯煮</p> <p>ゆずふうみづけ</p> <p>いかにのさらさあげ</p> <p>ごはん</p> <p>いそに</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 640kcal 31.7g 中 803kcal 39.9g</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>30日</p> <p>じゃがいもえびのケチャップいため</p> <p>パン</p> <p>カラマンダリン</p> <p>やさい たつぷりスープ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 586kcal 27.8g 中 740kcal 35.1g</p>	<p>味めぐり【埼玉県】</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>

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) 押しもち麦(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) キャベツ(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・茨城・福岡) ゆず(高知) 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(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【からだの調子をよくなる食品】
 ※ … 松山とれたて食品を使った料理(食材は太字にしています)

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
 …三津浜独自献立の日

※ 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

