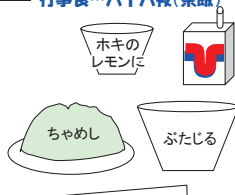
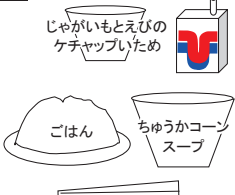
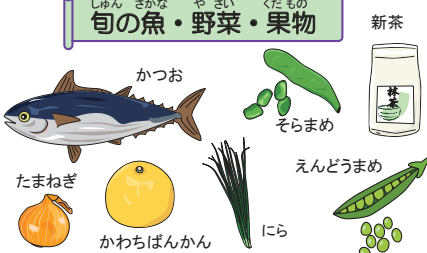
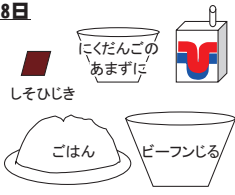
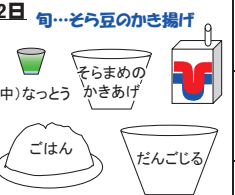
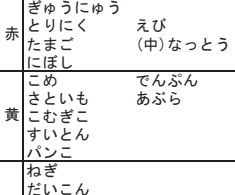
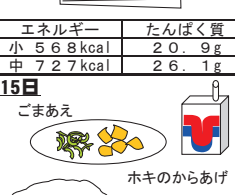
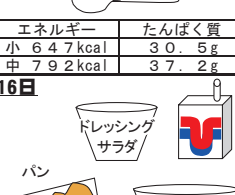
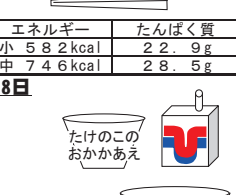
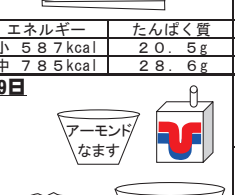
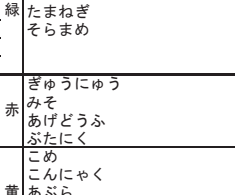
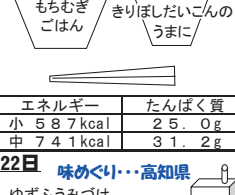
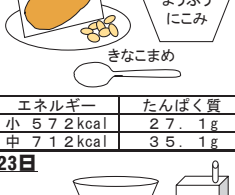
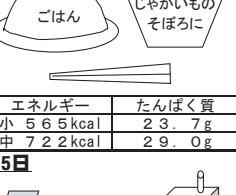
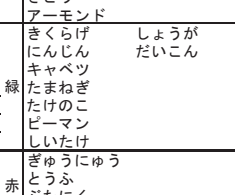
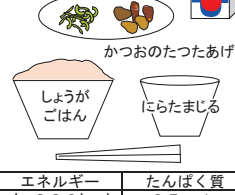
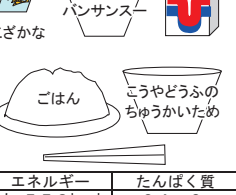
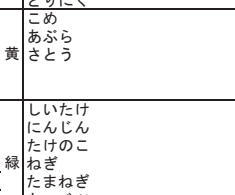


月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日											
1日 行事食…八十八夜(茶飯)  赤 ホキの レモンに 黄 ちやめし ぶたじる 緑 エネルギー たんぱく質 小 6.0 9kcal 2.5. 0g 中 7.6 6kcal 3.0. 6g		2日  赤 じゃがいもとえびの ケチャップいため 黄 ごはん ちゅうかコン スープ 緑 エネルギー たんぱく質 小 5.7 4kcal 2.4. 0g 中 7.2 7kcal 2.9. 1g		旬の魚・野菜・果物  新茶 かつお たまねぎ かわちばんかん えんどうめ にら さかな やさい くだもの		味のめぐり(高知県) 今月の味のめぐり献立は、高知県の特産品を使った『しょうがご飯』『かつおの竜田揚げ』『ゆず風味漬』です。 高知県は、黒潮に近いこともあり旬の時期においしいかつおを食べることができます。日本一のかつおの消費量を誇り、高知県の県魚に指定されています。農業も盛んで、しょうがやゆずの栽培が盛んに行われています。 		3日  赤 にくだんこの あまずし 黄 しそひじき ごはん ビーフン 緑 エネルギー たんぱく質 小 5.6 8kcal 2.0. 9g 中 7.2 7kcal 2.6. 1g		4日  赤 ヨーグルト 黄 パン ミネスト ローネ 緑 エネルギー たんぱく質 小 6.4 7kcal 3.0. 5g 中 7.9 2kcal 3.7. 2g		旬…えんどうごはん  赤 つくねあげ 黄 えんどう ごはん わかめじる 緑 エネルギー たんぱく質 小 6.1 2kcal 2.2. 8g 中 7.6 4kcal 2.7. 6g		5日  赤 フレンチ サラダ 黄 パン イタリアン スパゲティ かわちばんかん 緑 エネルギー たんぱく質 小 5.8 2kcal 2.2. 9g 中 7.4 6kcal 2.8. 5g		6日  赤 チーズ ベーコン ぶたにく 黄 パン あぶら さとう スパゲティ たまねぎ にんじん ピーマン マッシュルーム キャベツ きゅうり かわちばんかん 緑 エネルギー たんぱく質 小 5.8 7kcal 2.0. 5g 中 7.8 5kcal 2.8. 6g		7日  赤 えび (中)なっとう 黄 さといも こむぎ すいとん パン ねぎ だいこん にんじん たまねぎ そらめ 緑 エネルギー たんぱく質 小 5.8 7kcal 2.0. 5g 中 7.8 5kcal 2.8. 6g	
8日  赤 にくだんこの あまずし 黄 しそひじき ごはん ビーフン 緑 エネルギー たんぱく質 小 5.6 8kcal 2.0. 9g 中 7.2 7kcal 2.6. 1g		9日  赤 ヨーグルト 黄 パン ミネスト ローネ 緑 エネルギー たんぱく質 小 6.4 7kcal 3.0. 5g 中 7.9 2kcal 3.7. 2g		10日  赤 つくねあげ 黄 えんどう ごはん わかめじる 緑 エネルギー たんぱく質 小 6.1 2kcal 2.2. 8g 中 7.6 4kcal 2.7. 6g		11日  赤 フレンチ サラダ 黄 パン イタリアン スパゲティ かわちばんかん 緑 エネルギー たんぱく質 小 5.8 2kcal 2.2. 9g 中 7.4 6kcal 2.8. 5g		12日 旬…そら豆のかき揚げ  赤 えび (中)なっとう 黄 さといも こむぎ すいとん パン ねぎ だいこん にんじん たまねぎ そらめ 緑 エネルギー たんぱく質 小 5.8 7kcal 2.0. 5g 中 7.8 5kcal 2.8. 6g		13日  赤 えび (中)なっとう 黄 さといも こむぎ すいとん パン ねぎ だいこん にんじん たまねぎ そらめ 緑 エネルギー たんぱく質 小 5.8 7kcal 2.0. 5g 中 7.8 5kcal 2.8. 6g									
15日  赤 ごまあえ 黄 ホキのからあげ もちむぎ ごはん きりぼしだいこんの うまに 緑 エネルギー たんぱく質 小 5.8 7kcal 2.5. 0g 中 7.4 1kcal 3.1. 2g		16日  赤 ドレッシング サラダ 黄 パン ようふう にこみ きなこめ 緑 エネルギー たんぱく質 小 5.7 2kcal 2.7. 1g 中 7.1 2kcal 3.5. 1g		17日  赤 いそあえ 黄 ぶたにくとれんこんの てりやき ごはん しんたまねぎの みそしる 緑 エネルギー たんぱく質 小 6.0 4kcal 2.7. 3g 中 7.5 8kcal 3.3. 2g		18日  赤 たけのこの おかかえ 黄 ごはん じゃがいもの そばろに 緑 エネルギー たんぱく質 小 5.6 5kcal 2.3. 7g 中 7.2 2kcal 2.9. 0g		19日  赤 アーモンド なます 黄 ごはん あつあげの みそいため 緑 エネルギー たんぱく質 小 5.9 3kcal 2.3. 7g 中 7.5 8kcal 2.9. 0g		20日  赤 えび (中)なっとう 黄 さといも こむぎ すいとん パン ねぎ だいこん にんじん たまねぎ そらめ 緑 エネルギー たんぱく質 小 5.8 7kcal 2.0. 5g 中 7.8 5kcal 2.8. 6g									
22日 味のめぐり…高知県  赤 ゆずふうみづけ 黄 かつおのたつたあげ しょうが ごはん にらたまじる 緑 エネルギー たんぱく質 小 6.0 9kcal 2.5. 1g 中 7.6 4kcal 3.1. 0g		23日  赤 ナムル 黄 ことうパン ちゅうかそば えびのこみあげ 緑 エネルギー たんぱく質 小 5.8 2kcal 3.0. 6g 中 7.4 2kcal 3.8. 6g		24日  赤 ひじき サラダ 黄 もちむぎ ごはん ドライカレー (ルウ) 緑 エネルギー たんぱく質 小 5.5 9kcal 2.3. 0g 中 7.1 8kcal 2.8. 6g		25日  赤 ひじき サラダ 黄 もちむぎ ごはん ドライカレー (ルウ) 緑 エネルギー たんぱく質 小 5.5 9kcal 2.3. 0g 中 7.1 8kcal 2.8. 6g		26日  赤 ひじき サラダ 黄 もちむぎ ごはん ドライカレー (ルウ) 緑 エネルギー たんぱく質 小 5.5 9kcal 2.3. 0g 中 7.1 8kcal 2.8. 6g		27日  赤 ひじき サラダ 黄 もちむぎ ごはん ドライカレー (ルウ) 緑 エネルギー たんぱく質 小 5.5 9kcal 2.3. 0g 中 7.1 8kcal 2.8. 6g									
29日  赤 かわり きんぴら 黄 ごはん おやこ どんぶり (ぐ) 緑 エネルギー たんぱく質 小 5.7 3kcal 2.5. 4g 中 7.3 9kcal 3.2. 1g		30日  赤 かいそう サラダ 黄 パン チャウダー ぶたにくのケチャップやき 緑 エネルギー たんぱく質 小 6.1 1kcal 3.2. 8g 中 7.6 3kcal 3.9. 2g		31日  赤 ごまあえ 黄 いかのてんぷら ごはん ごもくに 緑 エネルギー たんぱく質 小 6.0 9kcal 3.1. 0g 中 7.7 8kcal 3.8. 2g		まつやま農林水産物ブランド ～松山一寸そらめ～ 松山平野を中心に古くから栽培されてきた『そらめ』は、香り高くやわらかな歯ごたえが格別な初夏の味覚です。 豆一粒の大きさが一寸(約3.3cm)もあります。漢字で書くときは空に向かって育つため「空豆(そらめ)」と書かれたり、さやが蚕に似ているため「蚕豆(そらめ)」と書かれたりします。 													

松山市学校給食の
今月の主な食品の予定産地

豚肉(愛媛) 鶏肉(愛媛) かつお(長崎) たい(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) いか(ペルー) 豆腐・あげ(カナダ・アメリカ) すりみ・平天(北海道) 大豆(北海道) 押もち麦(愛媛) 緑茶(日本・鹿児島) たけのこ(愛媛) れんこん(徳島) じゃがいも(長崎・鹿児島) にんじん(徳島・熊本・長崎) たまねぎ(松山・愛媛・北海道) だいこん(長崎・香川・鹿児島・徳島・愛媛) きゅうり(愛媛・高知・宮崎・熊本) こまつな(愛媛・福岡・徳島) にら(高知・宮崎) しょうが(高知・熊本・宮崎・愛媛・長崎) えんどう豆(愛媛・和歌山) そら豆(愛媛・松山) キャベツ(愛媛・愛知・熊本・徳島・大分・香川) ごぼう(岡山・青森・鹿児島・宮崎) 河内晩柑(愛媛) ゆず(高知) えのきたけ(愛媛・宮崎・熊本) しめじ(香川・福岡) しいたけ(愛媛) きくらげ(愛媛) わかめ(宮城・日本) くきわかめ(徳島・日本) ひじき(松山)