

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日	
あじ え ひめ けん 味めぐり【愛媛県】 愛媛県北宇和郡鬼北町では、日本で古来より食べられきた「きじ」を、自然豊かな環境を生かして飼育しています。きじ肉は、鶏肉より弾力があり、コクのあるうま味が特長です。鬼北町では、きじでとっただし汁に、きじ肉やきじ団子・野菜・豆腐などを入れた「きじ鍋」が有名です。 給食では、愛媛県「愛あるブランド産品」に認定された「鬼北熟成 雉」を使った『きじ団子汁』と、松山の海でとれた「ひじき」を使った『ひじきの炒め煮』が登場します。		8日 アーモンドあえ ひきにくのオープンやき もちむぎごはん みそしる エネルギー たんぱく質 小 5 7 2 kcal 2 7 . 7 g 中 7 2 8 kcal 3 4 . 1 g		9日 行事食…正月(黒豆) くろめ かきあげ ごはん うまに エネルギー たんぱく質 小 5 9 6 kcal 2 2 . 1 g 中 7 6 0 kcal 2 6 . 9 g		10日 きわかめのサラダ パン えびフライ ようふう にこみ エネルギー たんぱく質 小 5 9 0 kcal 2 7 . 6 g 中 7 3 8 kcal 3 4 . 2 g		11日 きわかめのサラダ パン えびフライ ようふう にこみ エネルギー たんぱく質 小 5 9 0 kcal 2 7 . 6 g 中 7 3 8 kcal 3 4 . 2 g	
24日～30日は、全国学校給食週間です。 この週は、地場産物活用週間でもあります。 この週には、愛媛県産の食品を積極的に取り入れています。 また、この週の愛媛県産食材を太字にしています。		14日 はれひめ ホキのねぎソース ごはん すいとん エネルギー たんぱく質 小 5 7 5 kcal 2 4 . 8 g 中 7 3 4 kcal 3 0 . 8 g		15日 旬…花野菜のクリーム煮 こごかな アーモンドいり だいにん サラダ ごはん はなやさいのクリームに エネルギー たんぱく質 小 5 8 1 kcal 2 6 . 8 g 中 7 3 9 kcal 3 2 . 6 g		16日 ポイルやさい ぎょうざ(小2こ、中3こ) ゆかり ごはん みそラーメン エネルギー たんぱく質 小 5 6 6 kcal 1 9 . 5 g 中 7 3 3 kcal 2 4 . 3 g		17日 かふう とうにゅう だいにん ごはん マーボー 豆腐 エネルギー たんぱく質 小 6 4 4 kcal 2 4 . 1 g 中 7 9 7 kcal 2 9 . 5 g	
20日 かいそう サラダ いろどりごはん タイビーフ いため エネルギー たんぱく質 小 5 6 4 kcal 2 2 . 0 g 中 7 1 6 kcal 2 7 . 3 g		21日 ゆずふうみづけ さばのみそに ごはん けんちんじる エネルギー たんぱく質 小 5 6 3 kcal 2 4 . 3 g 中 7 3 1 kcal 3 1 . 0 g		22日 とりにくの マリアナスソース パン やさいたっぷり スープ りんご エネルギー たんぱく質 小 5 9 0 kcal 2 5 . 4 g 中 7 4 0 kcal 3 1 . 0 g		23日 ブロッコリー サラダ ごはん あつあげカレー (ルー) エネルギー たんぱく質 小 5 7 7 kcal 1 9 . 3 g 中 7 5 2 kcal 2 3 . 9 g		24日 ボンカン ぶたにくのひのかがあえ もちむぎごはん いよさつま エネルギー たんぱく質 小 5 7 9 kcal 2 2 . 9 g 中 7 3 8 kcal 2 8 . 1 g	
27日 かわり きんぴら もちむぎ ごはん おやこどんぶり (ぐ) エネルギー たんぱく質 小 5 6 5 kcal 2 6 . 7 g 中 7 2 7 kcal 3 4 . 0 g		28日 味めぐり…愛媛県 ひじきのいために ぶたにくのからあげ ごはん きじだんご じる エネルギー たんぱく質 小 5 8 9 kcal 2 4 . 9 g 中 7 5 1 kcal 3 0 . 5 g		29日 愛媛県産小麦粉「せとさらら」を使用したパン チリコンカン パン ミネストローネ いちご エネルギー たんぱく質 小 5 8 8 kcal 2 8 . 7 g 中 7 3 6 kcal 3 5 . 6 g		30日 そくせきづけ たいのこみあげ ごはん だいにんの みそしる エネルギー たんぱく質 小 5 7 2 kcal 2 4 . 1 g 中 7 3 2 kcal 2 9 . 7 g		31日 あまずづけ ししゃものからあげ (小2ひ 中3ひ) ごはん はちはい じる エネルギー たんぱく質 小 5 5 8 kcal 2 1 . 7 g 中 7 3 3 kcal 2 7 . 6 g	

しゅん さかな や さい くだもの 旬の魚・野菜・果物 かに みずな ごぼう はくさい カリフラワー はれひめ ブロッコリー ぼんかん		令和6年度 朝食・学校給食アンケートの結果(抜粋) 〈朝食を食べましたか(水・茶除く)〉 小学校 91 9 中学校 91 9 0% 50% 100% 食べた 食べていない 〈朝食摂取について〉 小中学校ともに「食べた」91%、「食べていない」9%という結果でした。 朝食をとることで、活動に必要なエネルギーを得ることができ、脳や体を目覚めさせます。 朝から元気に活動するためには、朝食は欠かせません。 しっかりと朝食を食べる習慣を身に付けましょう。		子どもたちの食生活の状況を把握し、学校・家庭・地域が一体となって取り組む食育活動に役立てることを目的として松山市の児童生徒を対象にアンケートを実施しました。 【調査時期 令和6年9月～10月】 給食の時間は好きですか 小学校 66 26 5 3 中学校 51 38 8 3 0% 50% 100% 好き どちらかという好き どちらかという苦手 苦手 〈学校給食について〉 「好き」「どちらかという好き」と回答した児童生徒は小学校92%、中学校89%でした。 学校生活の中で、給食の時間が楽しい時間になっている児童生徒は多いようです。 今後も、食べることの楽しさを伝えるとともに、「生きた教材」となる給食を提供していきます。		松山市教育委員会 松山市学校栄養士協議会	
---	--	---	--	--	--	--	--

〔松山市学校給食の今月の主な食品の予定産地〕

豚肉・鶏肉(愛媛) さば(日本) いわし(鹿児島) たい(愛媛) ホキ(ニュージーランド) いか(ペルー・チリ) えび(インドネシア) 豆腐・あげ(カナダ・日本・愛媛) 平天・棒天(北海道・アメリカ) 大豆(北海道) 押もち麦(愛媛) じゃがいも(北海道・長崎・松山) にんじん(長崎・熊本・鹿児島) さつまいも(徳島・鹿児島・茨城・千葉・熊本) ブロッコリー(愛媛・香川・徳島・宮崎) カリフラワー(愛媛・熊本・徳島・長野・岡山) キャベツ(愛媛・松山・熊本・愛知・徳島) きゅうり(高知・愛媛・宮崎・熊本) だいにん(愛媛・熊本・長崎・鹿児島・大分・徳島・香川・松山・北海道) ごぼう(北海道・青森・鹿児島) たまねぎ(北海道) 白菜(愛媛・兵庫・鹿児島・熊本) いちご(愛媛・佐賀) ポンカン(愛媛) りんご(青森) しめじ(香川・広島・福岡) さといも(愛媛・九州) たけのこ(愛媛) きくらげ(松山) しいたけ(三重) わかめ(宮城) くきわかめ(日本) ひじき(松山)

※ (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

※ 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>



＜松山市HP＞

出典: 農林水産省 <http://www.maff.go.jp/j/keikaku/syokubunka/k-ryouri/search-menu/index.html>

使用イラスト: 株式会社アドム「5訂版食品図鑑」