

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日																							
にゅうがく しんきゅう ご入学・ご進級 おめでとう ございます		しゅん さかな や さい くだもの 旬の魚・野菜・果物		9日 さんしよくあえ ホキのたつたあげ <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 570kcal</td><td>23.4g</td></tr><tr><td>中 736kcal</td><td>29.5g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 570kcal	23.4g	中 736kcal	29.5g	10日 しょうゆ ドレッシング サラダ ひめむぎパン <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 601kcal</td><td>25.6g</td></tr><tr><td>中 788kcal</td><td>33.1g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 601kcal	25.6g	中 788kcal	33.1g	11日 なつとう ごはん <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 644kcal</td><td>25.8g</td></tr><tr><td>中 813kcal</td><td>30.9g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 644kcal	25.8g	中 813kcal	30.9g				
エネルギー	たんぱく質																														
小 570kcal	23.4g																														
中 736kcal	29.5g																														
エネルギー	たんぱく質																														
小 601kcal	25.6g																														
中 788kcal	33.1g																														
エネルギー	たんぱく質																														
小 644kcal	25.8g																														
中 813kcal	30.9g																														
14日 しそひじきあえ さばのみぞれに ごはん <table><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	15日 こめこパン きよみタンゴール <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 600kcal</td><td>30.3g</td></tr><tr><td>中 762kcal</td><td>38.5g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 600kcal	30.3g	中 762kcal	38.5g	16日 おひたし つくねあげ ごはん <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 569kcal</td><td>21.1g</td></tr><tr><td>中 724kcal</td><td>25.8g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 569kcal	21.1g	中 724kcal	25.8g	17日 とれたて感謝の日…雑煮 ゆずふうみづけ ごはん <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 611kcal</td><td>28.5g</td></tr><tr><td>中 779kcal</td><td>35.4g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 611kcal	28.5g	中 779kcal	35.4g
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 600kcal	30.3g																														
中 762kcal	38.5g																														
エネルギー	たんぱく質																														
小 569kcal	21.1g																														
中 724kcal	25.8g																														
エネルギー	たんぱく質																														
小 611kcal	28.5g																														
中 779kcal	35.4g																														
21日 ナムル ごはん <table><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	22日 コーン サラダ パン きなこめ <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 575kcal</td><td>24.9g</td></tr><tr><td>中 715kcal</td><td>30.4g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 575kcal	24.9g	中 715kcal	30.4g	23日 だいこん サラダ もちむぎ ごはん チキンカレー (ルー) <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 566kcal</td><td>20.3g</td></tr><tr><td>中 731kcal</td><td>24.9g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 566kcal	20.3g	中 731kcal	24.9g	24日 きりぼしだいこんの ちゅうかサラダ ごはん とうふ ごもくあんかけ <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 562kcal</td><td>25.2g</td></tr><tr><td>中 720kcal</td><td>31.3g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 562kcal	25.2g	中 720kcal	31.3g
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 575kcal	24.9g																														
中 715kcal	30.4g																														
エネルギー	たんぱく質																														
小 566kcal	20.3g																														
中 731kcal	24.9g																														
エネルギー	たんぱく質																														
小 562kcal	25.2g																														
中 720kcal	31.3g																														
28日 こんぶサラダ パン ポーク ビーンズ カラマンダリン <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 601kcal</td><td>27.8g</td></tr><tr><td>中 760kcal</td><td>35.0g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 601kcal	27.8g	中 760kcal	35.0g	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 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。		30日 味噌 みそがらめ かてめし にぼうとう <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 577kcal</td><td>23.1g</td></tr><tr><td>中 720kcal</td><td>29.0g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 577kcal	23.1g	中 720kcal	29.0g	味のめぐり【埼玉県】 『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。 『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。													
エネルギー	たんぱく質																														
小 601kcal	27.8g																														
中 760kcal	35.0g																														
エネルギー	たんぱく質																														
小 577kcal	23.1g																														
中 720kcal	29.0g																														

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・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【からだの調子をととのえる食品】

味のめぐり…日本の味のめぐり献立
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/gakkoukyusyoku.html>



松山市HP>