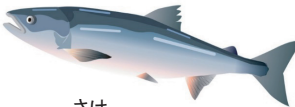




月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
旬の魚・野菜・果物 さけ さつまいも だいこんば しいたけ しめじ くり かき	味のめぐり 味のめぐり【愛媛県】 今月の味のめぐり献立は、『愛媛県』です。 果は、秋を感じる食べ物のひとつです。ゆで栗や焼き栗・煮物・お寿司・お菓子など、様々な料理に使われます。 愛媛県は、栗の生産量 全国第3位を誇り、伊予市・大洲市・西予市を中心に栽培されています。今月は、愛媛県産の栗を使って『栗ご飯』にしています。			1日 味のめぐり…愛媛県 キャベツのおひたし ちぎりじゃこてん くりごはん さわにわん エネルギー たんぱく質
4日 ごまあえ もむぎごはん ぶたたまご エネルギー たんぱく質	5日 ごまあえ もむぎごはん ぶたたまご エネルギー たんぱく質	6日 行事食…秋まつり（松山酢） おひたし せんざんき まつやま ずし すましる エネルギー たんぱく質	7日 ぶたにくとやさいのいためもの ごはん ビーフン エネルギー たんぱく質	8日 ごまあえ もむぎごはん ぶたたまご エネルギー たんぱく質
11日 レモンふうみづけ ごはん にくじゃが エネルギー たんぱく質	12日 りんごゼリー だいこん サラダ ごはん ビーフシチュー エネルギー たんぱく質	13日 こまつなのおひたし ひじき ごはん とうふ エネルギー たんぱく質	14日 旬…さつまいものからあげ チリコンカン パン やさいたっぷり スープ エネルギー たんぱく質	15日 すもの さばのしょうがに ゆかり ごはん さつまいものみそ エネルギー たんぱく質
18日 ポイルやさい ごはん いそに エネルギー たんぱく質	19日 ナムル のり えびのからあげ ごはん ちゅうかさ エネルギー たんぱく質	20日 ポイルキャベツ きのこ ごはん けんちん エネルギー たんぱく質	21日 かいそう サラダ ことうパン マカロニ クリーム エネルギー たんぱく質	22日 なつとう アーモンド あえ ごはん あつあつ エネルギー たんぱく質
25日 きりぼしだいごんのちゅうか ヨーグルト ごはん マーボー どうふ エネルギー たんぱく質	26日 旬…きのこスパゲティ コーン サラダ スイートポテト パン きのこ スパゲティ エネルギー たんぱく質	27日 しょうゆ ドレッシング サラダ コーン ピラフ ミネストローネ エネルギー たんぱく質	28日 じゃがいもとえびのケチャップ ごはん きのこ スープ エネルギー たんぱく質	29日 きわかめ サラダ チーズ むぎ ごはん あきのカレー エネルギー たんぱく質

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) たい(愛媛) さば(岩手・九州) いわし(鹿児島) さけ(北海道) ホキ(ニュージーランド) えび(インドネシア) いか(南米) 豆腐、あげ(カナダ・アメリカ) 平天・ちくわ(北海道・ベトナム) 大豆(北海道) 押もち麦(愛媛) ひじき(松山)
じゃがいも(北海道) さつまいも(徳島・熊本・鹿児島・千葉) かぼちゃ(北海道) こまつな(愛媛・福岡・徳島・茨城・栃木・群馬) にんじん(北海道) キャベツ(愛媛・長野・熊本・群馬・福岡) きゅうり(愛媛・高知・宮崎・熊本) だいこん(北海道・青森・愛媛) たけのこ(愛媛)
たまねぎ(北海道) なし(大分・福岡) りんご(青森・長野・岩手) 栗(愛媛) 里芋(九州) れんこん(徳島) えのき茸(愛媛・宮崎・長野) しめじ(香川・広島・福岡) まいたけ(福岡・新潟) エリンギ(香川・福岡・広島) しいたけ(日本) きくらげ(松山) わかめ(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。

赤(あか) … 赤のグループ【血や筋肉や骨をつくる食べ物】

黄(き) … 黄のグループ【熱や力のもととなる食べ物】

緑(みどり) … 緑のグループ【からだの調子をととのえる食べ物】

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

- ※ 週に1回程度みかんジュースが付きます。
- ※ 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。
- ※ 松山市の学校給食のホームページ… <http://www.city.matsuyama.ehime.jp/kurashi/kosodate/kyuusyoku/gakkoukyusyoku.html>