


月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
<p>2日</p> <p>始業式</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 580kcal 20.4g 中 728kcal 24.1g</p>	<p>3日</p> <p>しょうゆドレッシングサラダ アーモンド</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 599kcal 26.4g 中 746kcal 32.9g</p>	<p>4日</p> <p>ぶたにくのマリアナソース パン</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 587kcal 26.7g 中 743kcal 33.0g</p>	<p>5日</p> <p>かわりきんぴら のむヨーグルト</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 566kcal 21.1g 中 717kcal 25.9g</p>	<p>6日</p> <p>かきあげ きりぼしめし</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 566kcal 21.1g 中 717kcal 25.9g</p>
<p>9日</p> <p>キャベツのおひたし さばのみそに</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 605kcal 27.3g 中 791kcal 34.1g</p>	<p>10日</p> <p>いかのさらさらあげ パイナップル</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 615kcal 28.4g 中 785kcal 33.3g</p>	<p>11日</p> <p>フレンチサラダ パン</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 581kcal 24.5g 中 734kcal 30.1g</p>	<p>12日</p> <p>ポイルキャベツ ホキのからあげ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 600kcal 27.9g 中 753kcal 35.0g</p>	<p>13日</p> <p>ナムル ヤンニョムチキン</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 590kcal 23.9g 中 753kcal 29.4g</p>
<p>松山市ホームページ 学校給食のレシピ紹介</p> <p>『今月のこんだて紹介』『ふるさとの味』など</p> <p>今回新たに、松山産の食材を使用した『とれたて感謝の日』や『子どもたちに人気の学校給食』を家庭で作りやすい写真付きのレシピにしました。 ぜひ給食の味を御家庭でも作ってみてください。 ～現在公開中・公開予定のレシピ～ ※春キャベツのポトフ ※新たまねぎのみそ汁 ※麻婆なす</p> <p>今後も追加予定です。 お楽しみに！</p>  <p>&lt;松山市HP&gt;</p>				
<p>17日</p> <p>行事食…お月見(いもたき) すも</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 561kcal 22.1g 中 738kcal 27.0g</p>	<p>18日</p> <p>こんにやくサラダ パン</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 579kcal 27.0g 中 730kcal 33.6g</p>	<p>19日</p> <p>きゅうりゆうとりにく だいたい</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 620kcal 23.7g 中 781kcal 26.1g</p>	<p>20日</p> <p>フルーツあえ パン</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 585kcal 23.7g 中 735kcal 28.8g</p>	<p>21日</p> <p>行事食…お月見(いもたき) すも</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 561kcal 22.1g 中 738kcal 27.0g</p>
<p>24日</p> <p>あまずづけ ホキのころもあげ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 597kcal 26.4g 中 768kcal 32.0g</p>	<p>25日</p> <p>ひめむぎパン カラフルナムル</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 588kcal 24.4g 中 743kcal 30.4g</p>	<p>26日</p> <p>味めぐり…徳島県 おひたし</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 593kcal 23.6g 中 768kcal 27.0g</p>	<p>27日</p> <p>かいそうサラダ ごはん</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 585kcal 23.1g 中 745kcal 28.1g</p>	<p>28日</p> <p>行事食…お月見(いもたき) すも</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 561kcal 22.1g 中 738kcal 27.0g</p>
<p>30日</p> <p>旬…はもてんぶら しそひきあえ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 618kcal 27.2g 中 777kcal 33.4g</p>	<p>旬の魚・野菜・果物</p>  <p>さんま たちうお はも さといも ながなす ぶどう なし すだち</p>			

あじ とくしまけん  
味めぐり【徳島県】

徳島県は、美しい海と清らかな川、緑豊かな山、澄んだ空気と豊かな土地に恵まれた『食の宝庫』です。  
さつまいもの「鳴門金時」は、温暖な気候と吉野川の恵みがもたらした良質の砂地畑で育ち、甘くほくほくとして  
います。鳴門の渦潮を生み出す激しい流れで育った「鳴門わかめ」は、弾力のある歯ごたえと豊かな風味が特徴です。  
また、「すだち」の生産量が全国1位で、さわやかな酸味とすがすがしい香りで古くから愛されています。  
給食では、『さつまいもごはん』、『わかめ汁』、『鶏肉のすだちあえ』が登場します。



松山市学校給食の  
今月の主な食品の予定産地

豚肉・鶏肉(愛媛) さば(日本) はも(愛媛) ホキ(ニュージーランド) ししゃも(アイスランド) いか(ペルー) えび(インドネシア) 豆腐・あげ(カナダ) 平天(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・愛媛・青森・鹿児島) しいたけ(日本)  
さつまいも(徳島・熊本・鹿児島・千葉・茨城) にら(高知・宮崎) にんじん(北海道・青森・徳島) キャベツ(群馬・長野・熊本・愛知) きゅうり(愛媛・宮崎・高知・熊本・群馬・北海道・長野・松山・福島) ごぼう(岡山・鹿児島・青森・北海道) だいこん(北海道・青森・群馬・長野・香川)  
たまねぎ(北海道・愛媛・佐賀・徳島) なし(徳島・大分・福岡・熊本) ぶどう(愛媛・長野) パイナップル(タイ) すだち(徳島) えのき茸(愛媛・宮崎・長野) しめじ(香川・広島・福岡) さといも(愛媛) たけのこ(愛媛) きくらげ(松山) わかめ(宮城・岩手) ひじき(松山) こんぶ(北海道)

※ (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品】  
黄(き) … 黄のグループ【熱や力のもとになる食品】  
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

※ 月に4回程度みかんジュースがつかます。  
※ 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。  
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>