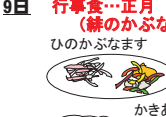
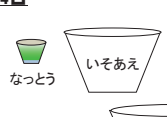
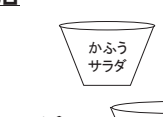
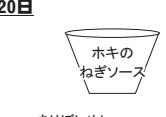
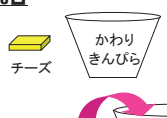


月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日																															
あじ え ひめ けん 味めぐり【愛媛県】 愛媛県の南予に位置する鬼北町では、日本で古来より食べられきた「きじ」を、自然豊かな環境を生かして飼育しています。きじ肉は、鶏肉より弾力があり、コクのあるうま味が特長です。鬼北町では、きじでとっただし汁に、きじ肉やきじ団子、野菜、豆腐などを入れた「きじ鍋」が有名です。 給食では、平成18年9月に愛媛県「愛あるブランド産品」に認定された「鬼北熟成 雉」を使った『きじ団子汁』と、松山の海でとれたひじきを使った『ひじきの炒め煮』が登場します。 		8日 アーモンドあえ  こいわしのからあげ 「りょう」でくばる さつまいも ごはん ごもくに <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 61.5kcal</td><td>2.6. 1g</td></tr><tr><td>中 79.3kcal</td><td>3.1. 7g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 61.5kcal	2.6. 1g	中 79.3kcal	3.1. 7g	9日 行事食…正月 (紅のかぶなます) ひのかぶなます  かきあげ ごはん のっぺいじ <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 56.3kcal</td><td>1.9. 3g</td></tr><tr><td>中 72.4kcal</td><td>2.2. 6g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 56.3kcal	1.9. 3g	中 72.4kcal	2.2. 6g	10日 アーモンドいり サラダ  きなこめ ようふう にこみ <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 58.5kcal</td><td>2.6. 7g</td></tr><tr><td>中 74.5kcal</td><td>3.2. 3g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 58.5kcal	2.6. 7g	中 74.5kcal	3.2. 3g														
エネルギー	たんぱく質																																						
小 61.5kcal	2.6. 1g																																						
中 79.3kcal	3.1. 7g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 56.3kcal	1.9. 3g																																						
中 72.4kcal	2.2. 6g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 58.5kcal	2.6. 7g																																						
中 74.5kcal	3.2. 3g																																						
13日 成人の日 愛媛県産小麦粉を使用したパン 24日のコッペパンは、愛媛県産の小麦粉「せとらら」をブレンドして作ったパンです。 		14日 なつとう いそあえ  ごはん おでん <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 58.4kcal</td><td>2.4. 1g</td></tr><tr><td>中 74.4kcal</td><td>2.9. 6g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 58.4kcal	2.4. 1g	中 74.4kcal	2.9. 6g	15日 かふう サラダ  ごはん マーボー どうふ <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 56.1kcal</td><td>2.3. 5g</td></tr><tr><td>中 71.5kcal</td><td>2.8. 9g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 56.1kcal	2.3. 5g	中 71.5kcal	2.8. 9g	16日 ブロッコリー サラダ  もちむぎ ごはん あつあげカレー (ルー) <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 57.0kcal</td><td>1.9. 4g</td></tr><tr><td>中 72.7kcal</td><td>2.3. 6g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 57.0kcal	1.9. 4g	中 72.7kcal	2.3. 6g	17日 とりにくの マリアナソース  パン やさいたっぷり スープ <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 61.9kcal</td><td>2.6. 7g</td></tr><tr><td>中 76.7kcal</td><td>3.1. 9g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 61.9kcal	2.6. 7g	中 76.7kcal	3.1. 9g						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 58.4kcal	2.4. 1g																																						
中 74.4kcal	2.9. 6g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 56.1kcal	2.3. 5g																																						
中 71.5kcal	2.8. 9g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 57.0kcal	1.9. 4g																																						
中 72.7kcal	2.3. 6g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 61.9kcal	2.6. 7g																																						
中 76.7kcal	3.1. 9g																																						
20日 ホキの ねぎソース  きりぼしめし すいとん <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 57.2kcal</td><td>2.5. 5g</td></tr><tr><td>中 73.8kcal</td><td>3.1. 4g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 57.2kcal	2.5. 5g	中 73.8kcal	3.1. 4g	21日 アーモンド かいそう サラダ  カレービラフ パンプキン シチュー <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 62.2kcal</td><td>2.0. 9g</td></tr><tr><td>中 77.2kcal</td><td>2.5. 2g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 62.2kcal	2.0. 9g	中 77.2kcal	2.5. 2g	22日 ナムル ホキのからあげ  ごはん しおラーメン <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 59.2kcal</td><td>2.6. 3g</td></tr><tr><td>中 74.7kcal</td><td>3.0. 8g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 59.2kcal	2.6. 3g	中 74.7kcal	3.0. 8g	23日 ゆずふうみづけ コロコロステーキ  ごはん けんちんじる <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 55.9kcal</td><td>2.5. 7g</td></tr><tr><td>中 72.0kcal</td><td>3.1. 2g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 55.9kcal	2.5. 7g	中 72.0kcal	3.1. 2g	24日 旬…花野菜のクリーム煮 えひめけん さんごむぎ をブレンドした パンです。 きわかめ サラダ パン はなやさいの クリームに いちご <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 58.1kcal</td><td>2.5. 0g</td></tr><tr><td>中 72.2kcal</td><td>3.0. 7g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 58.1kcal	2.5. 0g	中 72.2kcal	3.0. 7g
エネルギー	たんぱく質																																						
小 57.2kcal	2.5. 5g																																						
中 73.8kcal	3.1. 4g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 62.2kcal	2.0. 9g																																						
中 77.2kcal	2.5. 2g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 59.2kcal	2.6. 3g																																						
中 74.7kcal	3.0. 8g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 55.9kcal	2.5. 7g																																						
中 72.0kcal	3.1. 2g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 58.1kcal	2.5. 0g																																						
中 72.2kcal	3.0. 7g																																						
27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 <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 58.9kcal</td><td>2.4. 9g</td></tr><tr><td>中 75.1kcal</td><td>3.0. 5g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 58.9kcal	2.4. 9g	中 75.1kcal	3.0. 5g	28日 チーズ かわり きんぴら  もちむぎ ごはん おやこんぶり (ぐ) <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 59.1kcal</td><td>2.6. 4g</td></tr><tr><td>中 76.3kcal</td><td>3.1. 4g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 59.1kcal	2.6. 4g	中 76.3kcal	3.1. 4g	29日 チリコンカン パン ポカン ミネストローネ <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 60.9kcal</td><td>2.9. 0g</td></tr><tr><td>中 75.5kcal</td><td>3.5. 9g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 60.9kcal	2.9. 0g	中 75.5kcal	3.5. 9g	30日 そくせきづけ ヨーグルト たいのしおやき ごはん だいこんの みそしる <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 57.2kcal</td><td>2.6. 6g</td></tr><tr><td>中 71.9kcal</td><td>2.9. 8g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 57.2kcal	2.6. 6g	中 71.9kcal	2.9. 8g	31日 ごさかな だいがくも パン はっぼうさい <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 62.2kcal</td><td>2.9. 5g</td></tr><tr><td>中 79.5kcal</td><td>3.6. 2g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 62.2kcal	2.9. 5g	中 79.5kcal	3.6. 2g
エネルギー	たんぱく質																																						
小 58.9kcal	2.4. 9g																																						
中 75.1kcal	3.0. 5g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 59.1kcal	2.6. 4g																																						
中 76.3kcal	3.1. 4g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 60.9kcal	2.9. 0g																																						
中 75.5kcal	3.5. 9g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 57.2kcal	2.6. 6g																																						
中 71.9kcal	2.9. 8g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 62.2kcal	2.9. 5g																																						
中 79.5kcal	3.6. 2g																																						

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



はくさい



はれひめ



カリフラワー



ぼんかん



ブロッコリー



ごぼう

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

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

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) だいこん(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。
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

※ 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>