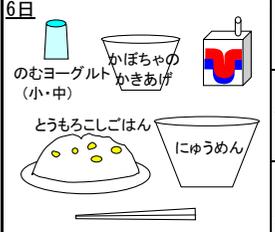
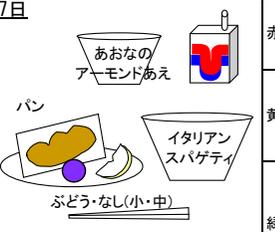
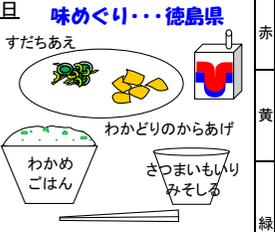
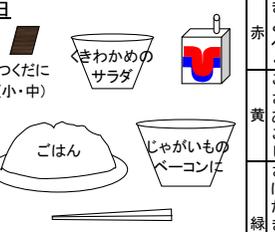
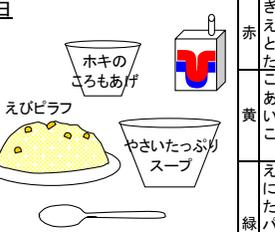
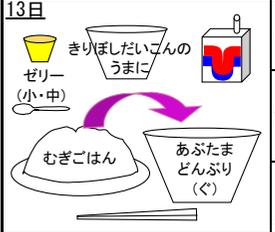
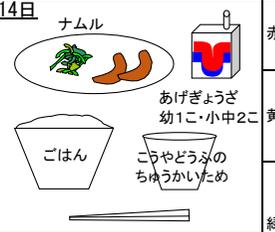
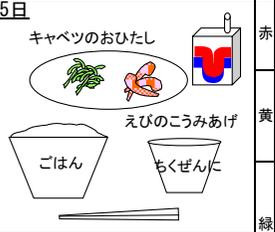
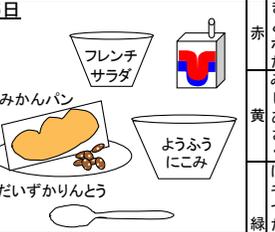
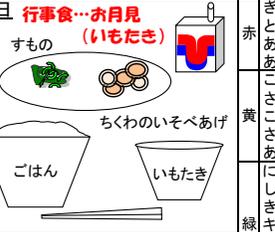
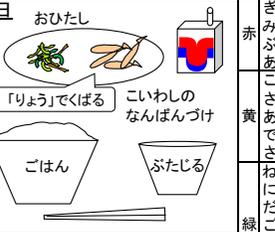
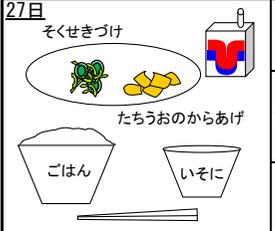
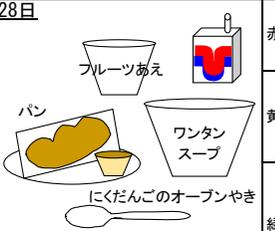
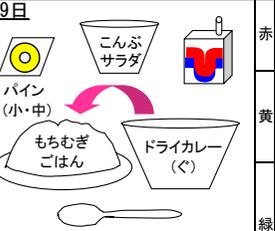
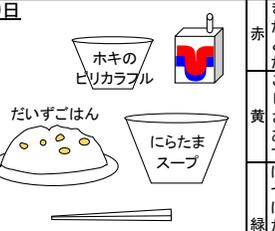




# 令和3年9月 予定献立表



| 月曜日  | 火曜日     | 水曜日   | 木曜日        | 金曜日     |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
|--|---------|-------|------------|---------|------------|---------|--|-------|-------|------------|---------|------------|---------|--|-------|-------|------------|---------|------------|---------|--|-------|-------|------------|---------|------------|---------|---|-------|-------|------------|---------|------------|---------|
| <p><b>味めぐり【徳島県】</b></p> <p>今月の味めぐり献立は、徳島県です。「鳴門の渦潮」に育まれた「鳴門わかめ」は歯ごたえと風味の良さが特徴です。また、さつまいもの「鳴門金時」は吉野川の恵みがもたらした砂地畑で作られます。鮮やかな紅色の皮とホクホクした食感が人気です。「すだち」は徳島県を代表する柑橘です。さわやかな酸味とすがすがしい香りは料理を引き立てます。</p>  |         |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| <p>6日</p>  <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 6.40kcal</td><td>2.1. 0g</td></tr> <tr><td>中 7.81kcal</td><td>2.5. 7g</td></tr> </table>                            | エネルギー   | たんぱく質 | 小 6.40kcal | 2.1. 0g | 中 7.81kcal | 2.5. 7g | <p>7日</p>  <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 6.43kcal</td><td>2.3. 3g</td></tr> <tr><td>中 8.01kcal</td><td>2.8. 4g</td></tr> </table>    | エネルギー | たんぱく質 | 小 6.43kcal | 2.3. 3g | 中 8.01kcal | 2.8. 4g | <p>8日</p> <p><b>味めぐり…徳島県</b></p>  <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 6.51kcal</td><td>2.5. 6g</td></tr> <tr><td>中 8.01kcal</td><td>3.3. 7g</td></tr> </table> | エネルギー | たんぱく質 | 小 6.51kcal | 2.5. 6g | 中 8.01kcal | 3.3. 7g | <p>9日</p>  <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 6.19kcal</td><td>2.1. 1g</td></tr> <tr><td>中 7.73kcal</td><td>2.5. 4g</td></tr> </table>    | エネルギー | たんぱく質 | 小 6.19kcal | 2.1. 1g | 中 7.73kcal | 2.5. 4g | <p>10日</p>  <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 6.48kcal</td><td>2.9. 1g</td></tr> <tr><td>中 8.14kcal</td><td>3.6. 1g</td></tr> </table>          | エネルギー | たんぱく質 | 小 6.48kcal | 2.9. 1g | 中 8.14kcal | 3.6. 1g |
| エネルギー  | たんぱく質   |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| 小 6.40kcal   | 2.1. 0g |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| 中 7.81kcal   | 2.5. 7g |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| エネルギー  | たんぱく質   |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| 小 6.43kcal   | 2.3. 3g |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| 中 8.01kcal   | 2.8. 4g |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| エネルギー  | たんぱく質   |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| 小 6.51kcal   | 2.5. 6g |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| 中 8.01kcal   | 3.3. 7g |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| エネルギー  | たんぱく質   |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| 小 6.19kcal   | 2.1. 1g |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| 中 7.73kcal   | 2.5. 4g |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| エネルギー  | たんぱく質   |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| 小 6.48kcal   | 2.9. 1g |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| 中 8.14kcal   | 3.6. 1g |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| <p>13日</p>  <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 6.35kcal</td><td>2.3. 0g</td></tr> <tr><td>中 8.07kcal</td><td>2.9. 1g</td></tr> </table>                          | エネルギー   | たんぱく質 | 小 6.35kcal | 2.3. 0g | 中 8.07kcal | 2.9. 1g | <p>14日</p>  <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 6.31kcal</td><td>2.2. 3g</td></tr> <tr><td>中 7.82kcal</td><td>2.7. 3g</td></tr> </table>  | エネルギー | たんぱく質 | 小 6.31kcal | 2.2. 3g | 中 7.82kcal | 2.7. 3g | <p>15日</p>  <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 6.08kcal</td><td>2.6. 4g</td></tr> <tr><td>中 7.71kcal</td><td>3.2. 5g</td></tr> </table>                      | エネルギー | たんぱく質 | 小 6.08kcal | 2.6. 4g | 中 7.71kcal | 3.2. 5g | <p>16日</p>  <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 6.21kcal</td><td>2.4. 2g</td></tr> <tr><td>中 7.79kcal</td><td>2.9. 8g</td></tr> </table>  | エネルギー | たんぱく質 | 小 6.21kcal | 2.4. 2g | 中 7.79kcal | 2.9. 8g | <p>17日 行事食…お月見</p>  <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 6.58kcal</td><td>2.3. 6g</td></tr> <tr><td>中 7.71kcal</td><td>2.8. 6g</td></tr> </table> | エネルギー | たんぱく質 | 小 6.58kcal | 2.3. 6g | 中 7.71kcal | 2.8. 6g |
| エネルギー  | たんぱく質   |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| 小 6.35kcal   | 2.3. 0g |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| 中 8.07kcal   | 2.9. 1g |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| エネルギー  | たんぱく質   |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| 小 6.31kcal   | 2.2. 3g |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| 中 7.82kcal   | 2.7. 3g |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| エネルギー  | たんぱく質   |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| 小 6.08kcal   | 2.6. 4g |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| 中 7.71kcal   | 3.2. 5g |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| エネルギー  | たんぱく質   |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| 小 6.21kcal   | 2.4. 2g |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| 中 7.79kcal   | 2.9. 8g |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| エネルギー  | たんぱく質   |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| 小 6.58kcal   | 2.3. 6g |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| 中 7.71kcal   | 2.8. 6g |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| <p>敬老の日</p>  |         |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| <p>20日</p>  <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 6.07kcal</td><td>2.3. 9g</td></tr> <tr><td>中 7.62kcal</td><td>2.9. 7g</td></tr> </table>                         | エネルギー   | たんぱく質 | 小 6.07kcal | 2.3. 9g | 中 7.62kcal | 2.9. 7g | <p>21日</p>  <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 6.00kcal</td><td>2.3. 6g</td></tr> <tr><td>中 7.56kcal</td><td>2.8. 8g</td></tr> </table> | エネルギー | たんぱく質 | 小 6.00kcal | 2.3. 6g | 中 7.56kcal | 2.8. 8g | <p>22日 旬…さんまの塩焼き</p>  <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 6.00kcal</td><td>2.3. 6g</td></tr> <tr><td>中 7.56kcal</td><td>2.8. 8g</td></tr> </table>           | エネルギー | たんぱく質 | 小 6.00kcal | 2.3. 6g | 中 7.56kcal | 2.8. 8g | <p>23日</p>  <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 6.21kcal</td><td>2.4. 2g</td></tr> <tr><td>中 7.79kcal</td><td>2.9. 8g</td></tr> </table> | エネルギー | たんぱく質 | 小 6.21kcal | 2.4. 2g | 中 7.79kcal | 2.9. 8g | <p>24日</p>  <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 6.42kcal</td><td>2.2. 8g</td></tr> <tr><td>中 8.01kcal</td><td>2.7. 8g</td></tr> </table>        | エネルギー | たんぱく質 | 小 6.42kcal | 2.2. 8g | 中 8.01kcal | 2.7. 8g |
| エネルギー  | たんぱく質   |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| 小 6.07kcal   | 2.3. 9g |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| 中 7.62kcal   | 2.9. 7g |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| エネルギー  | たんぱく質   |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| 小 6.00kcal   | 2.3. 6g |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| 中 7.56kcal   | 2.8. 8g |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| エネルギー  | たんぱく質   |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| 小 6.00kcal   | 2.3. 6g |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| 中 7.56kcal   | 2.8. 8g |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| エネルギー  | たんぱく質   |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| 小 6.21kcal   | 2.4. 2g |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| 中 7.79kcal   | 2.9. 8g |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| エネルギー  | たんぱく質   |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| 小 6.42kcal   | 2.2. 8g |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| 中 8.01kcal   | 2.7. 8g |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| <p>秋分の日</p>  |         |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| <p>27日</p>  <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 6.90kcal</td><td>2.5. 1g</td></tr> <tr><td>中 8.65kcal</td><td>3.0. 6g</td></tr> </table>                         | エネルギー   | たんぱく質 | 小 6.90kcal | 2.5. 1g | 中 8.65kcal | 3.0. 6g | <p>28日</p>  <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 6.57kcal</td><td>2.5. 6g</td></tr> <tr><td>中 8.22kcal</td><td>3.1. 4g</td></tr> </table> | エネルギー | たんぱく質 | 小 6.57kcal | 2.5. 6g | 中 8.22kcal | 3.1. 4g | <p>29日</p>  <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 6.41kcal</td><td>2.4. 3g</td></tr> <tr><td>中 8.16kcal</td><td>3.1. 0g</td></tr> </table>                     | エネルギー | たんぱく質 | 小 6.41kcal | 2.4. 3g | 中 8.16kcal | 3.1. 0g | <p>30日</p>  <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 6.24kcal</td><td>2.6. 3g</td></tr> <tr><td>中 8.05kcal</td><td>3.3. 5g</td></tr> </table> | エネルギー | たんぱく質 | 小 6.24kcal | 2.6. 3g | 中 8.05kcal | 3.3. 5g | <p>旬の魚・野菜・果物</p>   |       |       |            |         |            |         |
| エネルギー  | たんぱく質   |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| 小 6.90kcal   | 2.5. 1g |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| 中 8.65kcal   | 3.0. 6g |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| エネルギー  | たんぱく質   |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| 小 6.57kcal   | 2.5. 6g |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| 中 8.22kcal   | 3.1. 4g |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| エネルギー  | たんぱく質   |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| 小 6.41kcal   | 2.4. 3g |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| 中 8.16kcal   | 3.1. 0g |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| エネルギー  | たんぱく質   |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| 小 6.24kcal   | 2.6. 3g |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |
| 中 8.05kcal   | 3.3. 5g |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |  |       |       |            |         |            |         |   |       |       |            |         |            |         |

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) さんま(宮城) いわし(香川) たちうお(愛媛) ホキ(ニュージーランド) えび(インドネシア) はも(愛媛) 豆腐・あげ(カナダ・アメリカ) かまぼこ・平天・ちくわ(北海道・アメリカ) 大豆(北海道・愛知・富山) 押もち麦(愛媛) 里芋(九州) ひじき(松山) わかめ(日本) きわかめ(徳島) じゃがいも(北海道) こまつな(愛媛・福岡・徳島・埼玉・茨城・石川) チンゲン菜(徳島・長野・熊本・福岡・静岡) にら(高知・宮崎) にんじん(北海道) キャベツ(群馬・長野・熊本) きゅうり(愛媛・宮崎・高知・熊本・北海道) すだち(徳島) ごぼう(岡山・宮崎・鹿児島・北海道) だいこん(北海道・青森) たまねぎ(北海道・愛媛・佐賀・徳島) なす(愛媛) 梨(徳島・大分・福岡) ぶどう(愛媛) えのき茸(愛媛・宮崎・長野) きくらげ(愛媛) マッシュルーム(千葉) たけのこ(愛媛) れんこん(徳島) しいたけ(島根)

※ (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

旬…旬の食材を生かした献立

※ 週に2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。

※ 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>