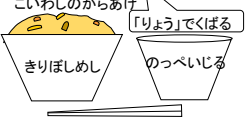
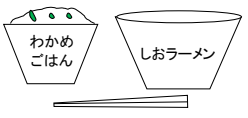
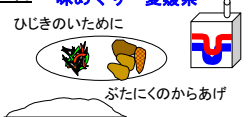
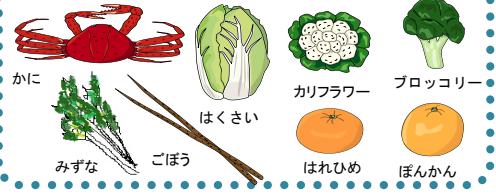


月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日																												
あじ え ひめ けん 味めぐり【愛媛県】 愛媛県の南予に位置する鬼北町では、日本で古来より食べられきた「きじ」を、自然豊かな環境を生かして飼育しています。きじ肉は、鶏肉より弾力があり、コクのあるうま味が特長です。鬼北町では、きじでとっただし汁に、きじ肉やきじ団子、野菜、豆腐などを入れた「きじ鍋」が有名です。給食では、平成18年9月に愛媛県「愛あるブランド産品」に認定された「鬼北熟成 雄」を使った『きじ団子汁』と、松山の海でとれたひじきを使った『ひじきの炒め煮』が登場します。 					8日					9日 行事食…正月 (緑のかぶなます) ひのかぶなます  <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 5 6 2 kcal</td><td>2 3 . 2 g</td></tr><tr><td>中 7 1 8 kcal</td><td>2 8 . 2 g</td></tr></table>					エネルギー	たんぱく質	小 5 6 2 kcal	2 3 . 2 g	中 7 1 8 kcal	2 8 . 2 g	10日 ナムル  <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 5 6 1 kcal</td><td>2 6 . 4 g</td></tr><tr><td>中 7 1 2 kcal</td><td>3 2 . 6 g</td></tr></table>					エネルギー	たんぱく質	小 5 6 1 kcal	2 6 . 4 g	中 7 1 2 kcal	3 2 . 6 g	11日 ぎゅうにゅう とりにく あけ いわし やきどうふ さといも こめ さとう あぶら でんぶ こんにやく にんじん えだまめ ねぎ しいたけ きりぼしだいこん ひのかぶなづけ だいこん さとう さといも かふう チーズ ごはん マーボー どうふ エネルギー たんぱく質 小 6 1 3 kcal 2 6 . 6 g 中 7 6 6 kcal 3 2 . 3 g				
エネルギー	たんぱく質																																			
小 5 6 2 kcal	2 3 . 2 g																																			
中 7 1 8 kcal	2 8 . 2 g																																			
エネルギー	たんぱく質																																			
小 5 6 1 kcal	2 6 . 4 g																																			
中 7 1 2 kcal	3 2 . 6 g																																			
13日 せい じん ひ 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「せときらら」をブレンドして作ったパンです。					14日 ぎゅうにゅう うずらたまご ぶたにく のり なっとう こんにぶ こめ さとう じゃがいも こんにやく だいこん キャベツ ほうれんそう エネルギー たんぱく質 小 5 7 9 kcal 2 4 . 4 g 中 7 5 2 kcal 3 1 . 0 g					15日 ぎゅうにゅう とりにく ポークウインナー こくとうパン じゃがいも さとう あぶら アーモンド キャベツ にんじん たまねぎ きゅうり だいこん りんご エネルギー たんぱく質 小 5 8 8 kcal 2 5 . 2 g 中 7 3 7 kcal 3 0 . 9 g					16日 ぎゅうにゅう あけどうふ ぶたにく ヨーグルト さとう もちむぎ ごはん あつあげカレー (ルウ) エネルギー たんぱく質 小 6 4 2 kcal 2 2 . 0 g 中 7 9 8 kcal 2 6 . 1 g					17日 ぎゅうにゅう ぶたにく みそ とうふ こめ でんぶ あぶら さとう じゃがいも にんにく しいたけ にんじん たまねぎ きょうねぎ たけのこ しょうが ぎゅうにゅう とりにく みそ わかめ さば こめ ごまあぶら こんにやく でんぶ さとう ねぎ にんじん ごぼう きゅうり はくさい ゆず エネルギー たんぱく質 小 5 7 9 kcal 2 5 . 0 g 中 7 2 2 kcal 3 0 . 7 g																
20日 ぎゅうにゅう とりにく あけ ホキ こめ さつまいも すいとん さといも さとう だいこん ねぎ しめじ はくさい にんじん きょうねぎ エネルギー たんぱく質 小 5 8 3 kcal 2 4 . 6 g 中 7 4 5 kcal 3 0 . 7 g					21日 かいそう サラダ アーモンド(小・中) カレーピラフ パン パンキン シチュー エネルギー たんぱく質 小 6 0 6 kcal 2 1 . 0 g 中 7 5 3 kcal 2 5 . 3 g					22日 ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく わかめ とさかのり こんにぶ こめ さとう アーモンド あぶら じゃがいも ごまあぶら しめじ にんじん たまねぎ かぼちゃ キャベツ だいこん コーン エネルギー たんぱく質 小 6 1 0 kcal 2 9 . 4 g 中 7 7 2 kcal 3 6 . 2 g					23日 ぎゅうにゅう とりにく みそ きなこ パン さとう あぶら こんにやく じゃがいも たまねぎ かぼちゃ にんじん キャベツ しょうが ゆずふうみづけ さばのみそに ごはん けんちんじる エネルギー たんぱく質 小 5 6 7 kcal 2 5 . 0 g 中 7 3 6 kcal 3 1 . 8 g					24日 旬…花野菜のクリーム煮 えひめけんさん こむぎを ブレンドした パンです くきわかめの サラダ はなやさいの クリームに いちご(小・中) エネルギー たんぱく質 小 5 7 9 kcal 2 5 . 0 g 中 7 2 2 kcal 3 0 . 7 g																
27日 味めぐり…愛媛県 ひじきのいために  <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 5 8 7 kcal</td><td>2 4 . 6 g</td></tr><tr><td>中 7 4 8 kcal</td><td>3 0 . 2 g</td></tr></table>					エネルギー	たんぱく質	小 5 8 7 kcal	2 4 . 6 g	中 7 4 8 kcal	3 0 . 2 g	28日 かわり きんぴら ポンカン もちむぎ ごはん おやこどんぶり (ぐ) エネルギー たんぱく質 小 5 8 8 kcal 2 5 . 2 g 中 7 5 2 kcal 3 1 . 7 g					29日 ひらてん くきわかめ ごま こんにやく こめ もちむぎ さとう ごまあぶら あぶら ねぎ しいたけ にんじん たまねぎ ごぼう ポンカン エネルギー たんぱく質 小 6 0 9 kcal 2 8 . 6 g 中 7 7 6 kcal 3 5 . 9 g					30日 ぎゅうにゅう とりにく だいず ポークウインナー パン じゃがいも もちむぎ あぶら いちごジャム パセリ キャベツ にんじん たまねぎ トマトピューレー トマト にんにく そくせきづけ たいのこみあげ ごはん だいこんの みそじる エネルギー たんぱく質 小 5 7 6 kcal 2 4 . 2 g 中 7 3 3 kcal 2 9 . 7 g					31日 ぎゅうにゅう うずらたまご ぶたにく こめ あぶら でんぶ さとう ごまあぶら はるさめ さつまいも しいたけ えだまめ コーン にんじん ねぎ はくさい たまねぎ ごさかな(小・中) だいがくいも ちゅうかふう まぜごはん はくさいスープ エネルギー たんぱく質 小 5 8 6 kcal 2 1 . 3 g 中 7 6 4 kcal 2 6 . 0 g										
エネルギー	たんぱく質																																			
小 5 8 7 kcal	2 4 . 6 g																																			
中 7 4 8 kcal	3 0 . 2 g																																			
旬の魚・野菜・果物 					令和6年度 朝食・学校給食アンケートの結果 (抜粋) 〈 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 】					松山市教育委員会 松山市学校栄養士協議会																					
朝食を食べましたか(水・茶除く) 小学校 91 9 中学校 91 9 0% 50% 100% 食べた 食べていない					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 0% 50% 100% 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/gakkoukyusyoku.html>



<松山市HP>