



月曜日

3日

ぶんかひ文化の日



10日

味めぐり…愛媛県





エネルギー	たんぱく質
小 601kcal	22.5g
中 742kcal	29.2g

17日





エネルギー	たんぱく質
小 623kcal	25.6g
中 783kcal	31.6g

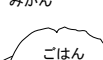
24日



火曜日

4日





エネルギー	たんぱく質
小 603kcal	19.7g
中 758kcal	23.3g

11日





エネルギー	たんぱく質
小 610kcal	25.5g
中 775kcal	31.9g

18日





エネルギー	たんぱく質
小 565kcal	22.5g
中 740kcal	32.8g

25日

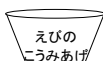




エネルギー	たんぱく質
小 617kcal	23.6g
中 774kcal	29.4g

水曜日

5日





エネルギー	たんぱく質
小 618kcal	30.4g
中 798kcal	38.3g

12日





エネルギー	たんぱく質
小 652kcal	23.4g
中 784kcal	28.2g

19日





エネルギー	たんぱく質
小 626kcal	27.0g
中 796kcal	33.3g

26日





エネルギー	たんぱく質
小 614kcal	26.4g
中 775kcal	31.5g

木曜日

6日





エネルギー	たんぱく質
小 590kcal	23.0g
中 745kcal	28.5g

13日





エネルギー	たんぱく質
小 659kcal	24.9g
中 829kcal	30.7g

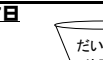
20日





エネルギー	たんぱく質
小 587kcal	23.8g
中 740kcal	29.5g

27日

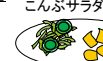


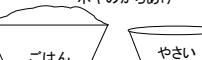


エネルギー	たんぱく質
小 572kcal	25.4g
中 715kcal	31.3g

金曜日

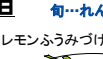
7日





エネルギー	たんぱく質
小 576kcal	22.1g
中 733kcal	26.9g

14日

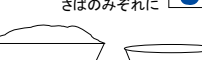




エネルギー	たんぱく質
小 596kcal	22.9g
中 719kcal	28.3g

21日





エネルギー	たんぱく質
小 561kcal	25.0g
中 724kcal	32.3g

28日



エネルギー	たんぱく質
小 585kcal	26.1g
中 746kcal	32.3g

こめ

さとう

あぶら

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

さとう

ごま

じゃがいも

ごま

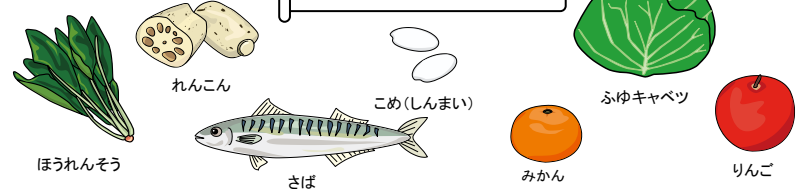
さとう

あじ 味めぐり え ひめ けん 【愛媛県】

『石花汁』は、今治市大島に伝わる郷土料理です。古くは石材業が盛だった大島の石切場の石を使い、寒い冬に石切場で少しでも身体を温められるように考えられた料理です。多くの食材が入った汁の中に熱した石を入れた時にくぶくぶと湧き上がった様子で花が咲いたように見えたり、入れた豆腐がくずれて花が咲くように見えたりすることから、『石花汁』の名がついたといわれています。昔は米のとぎ汁を使っていたが、今は昆布と煮干しの出汁の中に油揚げや豆腐、野菜、貝類などたくさん具を入れて煮込み、みそで味付けします。給食では、煮干しだしに油揚げや豆腐、野菜と里芋、あさりなどを入れています。



旬の魚・野菜・果物



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) ふり(愛媛) いわし(千葉・鹿児島) ホキ(ニュージーランド) いか(南米) えび(インドネシア) たこ(愛媛) あさり(九州) 煮干し(愛媛) 魚そうめん・すり身・平天・かまぼこ・すり身・棒天(北海道) 豆腐(ナガタ・愛媛) 大豆(北海道) 押しもち麦(愛媛)
じゃがいも(北海道) さつまいも(徳島・千葉・茨城・熊本・鹿児島) こまつな(愛媛・福岡・徳島・広島) にんじん(北海道・長崎・香川・愛媛) ほうれん草(愛媛・徳島・松山・福岡・大分) キャベツ(愛媛・愛知・長野・熊本・徳島・群馬) きゅうり(高知・愛媛・宮崎・熊本) さといも(愛媛)
たまねぎ(北海道・愛媛) さやいんげん(北海道) チンゲン菜(徳島・福岡・大分) はくさい(長野・愛媛・栃木・群馬・熊本) だいこん(中島・愛媛・熊本・長崎) みかん(愛媛) りんご(青森・長野) しめじ(香川・福岡・広島) きくらげ(愛媛) たけのこ(愛媛) わかめ(宮城) 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。

黄	(き)	… 黄のグループ	【熱や力のもよになる食品】
赤	(あか)	… 赤のグループ	【血や筋肉や骨をつくる食品】
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>

