

雄郡小 垣生中 さくら小	余土小 余土中 たちばな小	双葉小 西中	垣生小 雄新中
--------------------	---------------------	-----------	------------

B 班

令和7年9月 予定献立表

松山市垣生学校給食共同調理場

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日	
1日 コーンサラダ チーズポテト えだまめごはん ミネストローネ エネルギー たんぱく質 小 563kcal 21.8g 中 715kcal 27.1g		2日 ホキのピリカラフル ぶどうゼリー ターメリックライス クリームスープ エネルギー たんぱく質 小 715kcal 27.3g 中 838kcal 31.2g		3日 アーモンドあえ さばのみそに ごはん さわにわん エネルギー たんぱく質 小 600kcal 25.2g 中 774kcal 31.6g		4日 ぶたにくのカレーあげ パン やさいたつぷりスープ なし エネルギー たんぱく質 小 589kcal 28.6g 中 723kcal 35.3g		5日 おひたし いかのてんぷら ごはん こうやどうふのそぼろどんぶり エネルギー たんぱく質 小 585kcal 28.2g 中 757kcal 35.6g	
8日 アーモンド ナムル ぶたにくのしょうがやき チャーハン ビーフンじる エネルギー たんぱく質 小 626kcal 20.6g 中 763kcal 24.4g		9日 とりにくのケチャップあえ ごはん キャベツとベーコンのスープ エネルギー たんぱく質 小 617kcal 22.8g 中 844kcal 28.0g		10日 いそあえ なつとう ごはん おやこに エネルギー たんぱく質 小 588kcal 27.7g 中 739kcal 33.1g		11日 かいそうサラダ ごはん ようふうにこみ エネルギー たんぱく質 小 591kcal 26.8g 中 737kcal 33.1g		12日 ホキのあまずあんかけ キムチごはん ちゅうかスープ エネルギー たんぱく質 小 588kcal 26.0g 中 754kcal 32.8g	
15日 けい ろう ひ 敬老の日		16日 かわりきんぴら ごはん おやこどんぶり(ぐ) エネルギー たんぱく質 小 553kcal 22.5g 中 713kcal 28.4g		17日 味めぐり…栃木県 かんぴょういりごま酢あえ ごはん にらたまじる エネルギー たんぱく質 小 615kcal 21.2g 中 759kcal 25.4g		18日 しょうゆドレッシングサラダ パン ぶどう エネルギー たんぱく質 小 614kcal 27.4g 中 774kcal 33.6g		19日 マーボーナす ごはん タイビーエン エネルギー たんぱく質 小 574kcal 26.6g 中 738kcal 33.2g	
22日 のむヨーグルト くきわかめのサラダ もちむぎごはん シーフードカレー(ルウ) エネルギー たんぱく質 小 603kcal 23.1g 中 757kcal 27.7g		23日 しゅう ぶん ひ 秋分の日		24日 ごまあえ たちうおのからあげ ごはん すましじる エネルギー たんぱく質 小 558kcal 23.5g 中 710kcal 29.0g		25日 きりぼしだいこんのちゅうかサラダ パン ソーススパゲッティ エネルギー たんぱく質 小 573kcal 24.8g 中 724kcal 30.3g		26日 そくせきづけ ししゃもフライ(小)1び・(中)2び ごはん さといものみそじる エネルギー たんぱく質 小 609kcal 20.2g 中 793kcal 25.3g	
29日 旬…はものからあげ すだちふみづけ はものからあげ ごはん いそに エネルギー たんぱく質 小 606kcal 29.7g 中 774kcal 37.0g		30日 みかんドレッシングサラダ パン たまごスープ ぶたにくのねぎしおやき エネルギー たんぱく質 小 598kcal 31.3g 中 746kcal 39.0g		旬の魚・野菜・果物 さんま たちうお はも さといも なす きゅうり ぶどう なし		味めぐり【栃木県】 「かんぴょう」は、ゆうがおの実をひも状にむいて、真夏の太陽熱で干した食品です。 栃木県では、全国生産の9割以上を占め、特に南部で栽培が盛んに行われています。 また、「にら」の生産量は全国2位で、1年を通じて出荷されており、「鹿沼にら」は、肉厚で幅広く、深みのある香りと甘さが特長です。 今月の給食では、『かんぴょう入りごま酢あえ』『にら玉汁』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) はも(愛媛) ホキ(ニュージーランド) いか(南米) えび(インドネシア) ししゃも(ノルウェー) さば(ノルウェー) たちうお(日本) 小煮干し(愛媛) かまぼこ・平天(北海道) 豆腐(カナダ・愛媛) 厚揚げ・あげ(カナダ) 大豆(北海道) 押もち麦(愛媛)
たまねぎ(愛媛・北海道・徳島) にんじん(北海道・青森・徳島) じゃがいも(北海道) キャベツ(群馬・熊本・長野・愛知) きゅうり(愛媛・高知・宮崎・熊本) しょうが(高知・熊本・愛媛) こまつな(福岡・愛媛・徳島・茨城・大分) ほうれん草(大分) 長なす(愛媛・熊本)
さやいんげん(北海道) だいこん(北海道・青森・熊本・香川) たけのこ(愛媛) ねぎ(香川・高知・愛媛・徳島) さといも(九州地方) 梨(徳島・大分・福岡) ぶどう(愛媛・松山) すだち(徳島) しめじ(香川・広島) きくらげ(愛媛) ひじき(松山) わかめ(宮城) 昆布(岩手)

※ (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【熱や力のもとになる食品】
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
😊…契約農家の野菜を使ったメニュー (食品は太字)

※ 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>