

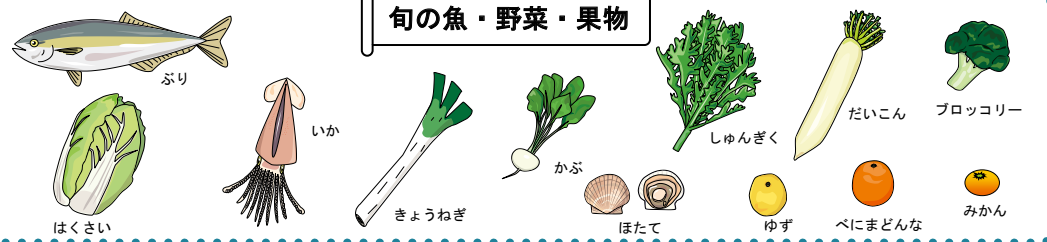
月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
<b>1日</b>  エネルギー たんぱく質 小 548kcal 19.4g 中 695kcal 23.8g	<b>2日</b>  エネルギー たんぱく質 小 622kcal 20.2g 中 804kcal 25.3g	<b>3日</b>  エネルギー たんぱく質 小 622kcal 29.9g 中 775kcal 37.0g	<b>4日</b>  エネルギー たんぱく質 小 600kcal 24.1g 中 758kcal 29.4g	<b>5日</b>  エネルギー たんぱく質 小 570kcal 24.9g 中 723kcal 30.4g
<b>8日</b>  エネルギー たんぱく質 小 592kcal 24.7g 中 743kcal 29.4g	<b>9日</b>  エネルギー たんぱく質 小 563kcal 25.0g 中 731kcal 30.3g	<b>10日</b>  エネルギー たんぱく質 小 653kcal 29.3g 中 814kcal 36.2g	<b>11日</b>  エネルギー たんぱく質 小 559kcal 19.1g 中 709kcal 23.2g	<b>12日</b>  エネルギー たんぱく質 小 578kcal 27.9g 中 726kcal 35.2g
<b>15日</b>  エネルギー たんぱく質 小 571kcal 22.9g 中 718kcal 27.8g	<b>16日</b> 味めぐり…山形県  エネルギー たんぱく質 小 583kcal 24.8g 中 738kcal 30.9g	<b>17日</b> 旬…白菜と肉だんごのスープ  エネルギー たんぱく質 小 584kcal 27.6g 中 712kcal 35.3g	<b>18日</b>  エネルギー たんぱく質 小 609kcal 26.1g 中 772kcal 33.3g	<b>19日</b>  エネルギー たんぱく質 小 572kcal 23.9g 中 714kcal 29.7g
<b>22日</b> 行事食…冬至 (かぼちゃのそぼろに)  エネルギー たんぱく質 小 616kcal 26.4g 中 787kcal 32.4g	<b>23日</b>  エネルギー たんぱく質 小 582kcal 27.1g 中 752kcal 34.4g	<b>24日</b>  エネルギー たんぱく質 小 588kcal 25.1g 中 731kcal 30.8g	<b>25日</b> しゅうぎょうしき <b>終業式</b>	

味めぐり【山形県】

『いも煮』は、山形県で秋から冬にかけてよく食べられる鍋料理です。その発祥は、江戸時代の1600年代の半ばといわれています。最上川を使った舟運が盛んだったころ、船頭さんたちが荷物の受け取りを待つ間に、河原で鍋を火にかけて、地元の里芋や棒だら(干した魚)を煮て食べていたのが始まりとされています。山形県の内陸部では牛肉を使ったしょうゆ味が主流で、庄内地方では、養豚業が盛んなため、豚肉を使ったみそ味で食べられています。今月の給食では、煮干しだしに、里芋・牛肉・こんにやく・まいたけ・にんじん・京ねぎを入れてしょうゆ味で仕上げています。



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

牛肉(北海道・愛媛・九州) 豚肉・鶏肉(愛媛) ぶり(北海道) ししゃも(ノルウェー) ホキ(ニュージーランド) いか(南米) えび(インドネシア) ほたて(青森) 豆腐・あげ(カナダ・アメリカ・日本・愛知・愛媛) かまぼこ・ちくわ(北海道・ベトナム) 大豆(北海道) 押しもち麦(愛媛) じゃがいも(北海道) かぼちゃ(トンガ・中南米・ニュージーランド・北海道・徳島・茨城・熊本・愛媛・ヨーロッパ) キャベツ(愛媛・愛知・熊本・香川) だいこん(愛媛・長崎・熊本・鹿児島・徳島・青森・香川) たまねぎ(北海道) はくさい(愛媛・長野・熊本・徳島・茨城) にんじん(長崎) プロッコリー(愛媛・香川・徳島・鳥取・九州) かぶ(愛媛・松山・香川) 京ねぎ(愛媛・鳥取・大分) まいたけ(香川・福岡・三重・広島) みかん(愛媛) 紅まどんな(愛媛・松山) ゆず(高知) たけのこ(愛媛) きくらげ(愛媛) しいたけ(日本) 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。  
 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

※ 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

