

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日																															
3日		4日		5日		6日		7日																															
ぶんかひ 文化の日		カミカミあげ パン カレーうどん りんご <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 588kcal</td><td>23.0g</td></tr><tr><td>中 745kcal</td><td>28.5g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 588kcal	23.0g	中 745kcal	28.5g	えびのこうみあげ ごはん こうや豆腐のちゅうかいだめ <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 618kcal</td><td>30.4g</td></tr><tr><td>中 798kcal</td><td>38.3g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 618kcal	30.4g	中 798kcal	38.3g	じゃがいもとイカのケチャップいため ごはん たまごスープ <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 550kcal</td><td>21.3g</td></tr><tr><td>中 691kcal</td><td>26.2g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 550kcal	21.3g	中 691kcal	26.2g	べんとうび お弁当日													
エネルギー	たんぱく質																																						
小 588kcal	23.0g																																						
中 745kcal	28.5g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 618kcal	30.4g																																						
中 798kcal	38.3g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 550kcal	21.3g																																						
中 691kcal	26.2g																																						
10日		11日		12日		13日		14日																															
味めぐり…愛媛県 さんしょくあえ とりくのうめあげ ごはん せっかじる		愛媛県産小麦粉「せときらら」を使用したパン だいこんサラダ パン ようふうにくみ ミルクキャラメルピーンズ(小・中)		しょうゆドレッシングサラダ ヨーグルト もちむぎごはん キーマカレー(ルー)		コーンサラダ ごはん マカロニのクリームに		旬…れんこんのかき揚げ キャベツのおひたし れんこんのかき揚げ ひじきごはん いわしのつみれじる																															
<table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 601kcal</td><td>22.6g</td></tr><tr><td>中 743kcal</td><td>29.4g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 601kcal	22.6g	中 743kcal	29.4g	<table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 572kcal</td><td>25.4g</td></tr><tr><td>中 715kcal</td><td>31.5g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 572kcal	25.4g	中 715kcal	31.5g	<table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 653kcal</td><td>23.4g</td></tr><tr><td>中 785kcal</td><td>28.2g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 653kcal	23.4g	中 785kcal	28.2g	<table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 589kcal</td><td>19.7g</td></tr><tr><td>中 747kcal</td><td>24.4g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 589kcal	19.7g	中 747kcal	24.4g	<table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 567kcal</td><td>23.1g</td></tr><tr><td>中 715kcal</td><td>28.5g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 567kcal	23.1g	中 715kcal	28.5g
エネルギー	たんぱく質																																						
小 601kcal	22.6g																																						
中 743kcal	29.4g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 572kcal	25.4g																																						
中 715kcal	31.5g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 653kcal	23.4g																																						
中 785kcal	28.2g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 589kcal	19.7g																																						
中 747kcal	24.4g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 567kcal	23.1g																																						
中 715kcal	28.5g																																						
17日		18日		19日		20日		21日																															
パンサンスー みかん ごはん マーボー豆腐		だいがくいも パン タイビーフンいため		ホキのあまずし ごこまいりごはん じゃがいものそばろに		フレンチサラダ パン スパゲッティベスカートレ りんご		行事食…和食の日(みそ汁) ごまあえ さばのみぞれに ごはん キャベツのみそしる																															
<table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 618kcal</td><td>25.6g</td></tr><tr><td>中 780kcal</td><td>31.4g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 618kcal	25.6g	中 780kcal	31.4g	<table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 667kcal</td><td>24.4g</td></tr><tr><td>中 842kcal</td><td>30.0g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 667kcal	24.4g	中 842kcal	30.0g	<table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 626kcal</td><td>27.0g</td></tr><tr><td>中 796kcal</td><td>33.5g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 626kcal	27.0g	中 796kcal	33.5g	<table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 589kcal</td><td>24.1g</td></tr><tr><td>中 744kcal</td><td>29.9g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 589kcal	24.1g	中 744kcal	29.9g	<table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 563kcal</td><td>24.7g</td></tr><tr><td>中 727kcal</td><td>31.9g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 563kcal	24.7g	中 727kcal	31.9g
エネルギー	たんぱく質																																						
小 618kcal	25.6g																																						
中 780kcal	31.4g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 667kcal	24.4g																																						
中 842kcal	30.0g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 626kcal	27.0g																																						
中 796kcal	33.5g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 589kcal	24.1g																																						
中 744kcal	29.9g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 563kcal	24.7g																																						
中 727kcal	31.9g																																						
24日		25日		26日		27日		28日																															
ふりかえきゅうじつ 振替休日		こんぶサラダ ごとうひめむぎパン ホキのからあげ やさいスープ		きんぴら もちむぎごはん あぶたまどんぶり(く)		かいそうサラダ アーモンド(小・中) ごはん ポークビーンズ		「りょう」でくばる レモンふうみづけ こいわしのからあげ ごはん いそに																															
<table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 595kcal</td><td>28.3g</td></tr><tr><td>中 749kcal</td><td>34.9g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 595kcal	28.3g	中 749kcal	34.9g	<table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 595kcal</td><td>28.3g</td></tr><tr><td>中 749kcal</td><td>34.9g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 595kcal	28.3g	中 749kcal	34.9g	<table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 611kcal</td><td>25.5g</td></tr><tr><td>中 780kcal</td><td>31.9g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 611kcal	25.5g	中 780kcal	31.9g	<table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 633kcal</td><td>24.6g</td></tr><tr><td>中 820kcal</td><td>30.7g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 633kcal	24.6g	中 820kcal	30.7g	<table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 585kcal</td><td>25.7g</td></tr><tr><td>中 746kcal</td><td>31.7g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 585kcal	25.7g	中 746kcal	31.7g
エネルギー	たんぱく質																																						
小 595kcal	28.3g																																						
中 749kcal	34.9g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 595kcal	28.3g																																						
中 749kcal	34.9g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 611kcal	25.5g																																						
中 780kcal	31.9g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 633kcal	24.6g																																						
中 820kcal	30.7g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 585kcal	25.7g																																						
中 746kcal	31.7g																																						
あじ しゅん えひめけん さかな えひめけん やさい くだもの くだもの 旬の魚・野菜・果物 『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ずくずと湧き上がった様子が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ですが、今は昆布と煮干しの出汁の中に油揚げや豆腐、野菜、貝類などたくさんの具を入れて煮込み、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、野菜や里芋、あさりなどを入れています。 ほうれんそう れんこん さば こめ(しんまい) ふゆキャベツ みかん りんご																																							