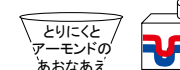
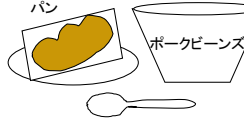
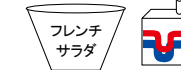
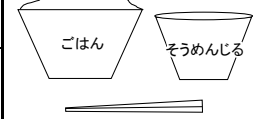
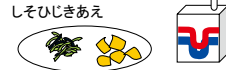
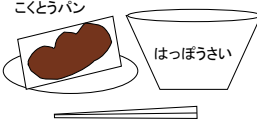
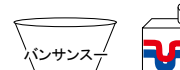
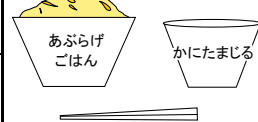
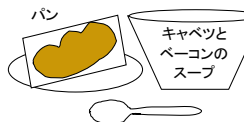
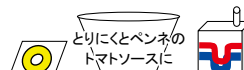
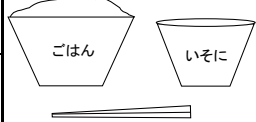
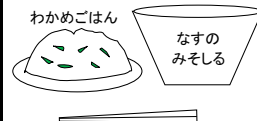
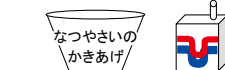
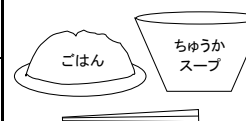
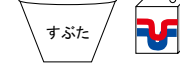
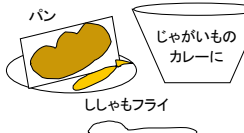
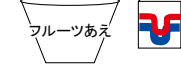
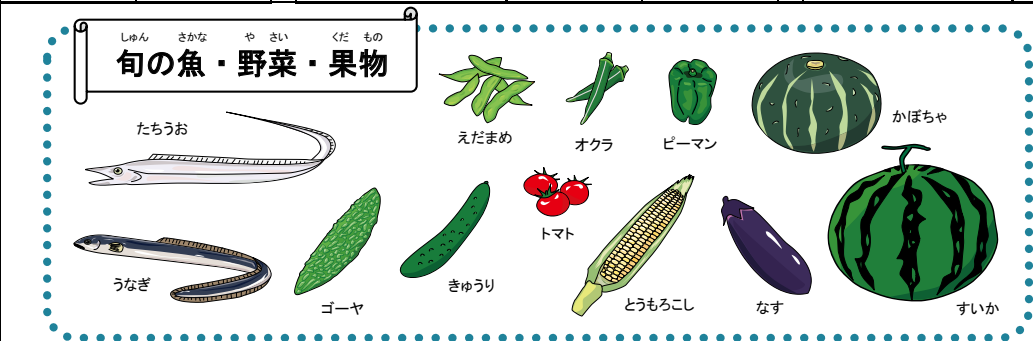


令和7年7月 予定献立表

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日																										
 しっかり食べて、 夏バテを予防しましょう 		1日 <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 568kcal</td><td>29.6g</td></tr><tr><td>中 707kcal</td><td>36.7g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	小 568kcal	29.6g	中 707kcal	36.7g	2日 <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 577kcal</td><td>24.4g</td></tr><tr><td>中 749kcal</td><td>31.1g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	小 577kcal	24.4g	中 749kcal	31.1g	3日 <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 587kcal</td><td>27.5g</td></tr><tr><td>中 736kcal</td><td>33.8g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	小 587kcal	27.5g	中 736kcal	33.8g	4日 行事食…七夕（そうめん汁） <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 601kcal</td><td>24.2g</td></tr><tr><td>中 752kcal</td><td>29.8g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	小 601kcal	24.2g	中 752kcal	29.8g					
エネルギー	たんぱく質																																	
小 568kcal	29.6g																																	
中 707kcal	36.7g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 577kcal	24.4g																																	
中 749kcal	31.1g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 587kcal	27.5g																																	
中 736kcal	33.8g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 601kcal	24.2g																																	
中 752kcal	29.8g																																	
7日 旬…夏野菜カレー <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 603kcal</td><td>20.9g</td></tr><tr><td>中 759kcal</td><td>24.5g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	小 603kcal	20.9g	中 759kcal	24.5g	8日 <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 568kcal</td><td>26.9g</td></tr><tr><td>中 720kcal</td><td>33.6g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	小 568kcal	26.9g	中 720kcal	33.6g	9日 味めぐり…福井県 <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 591kcal</td><td>24.2g</td></tr><tr><td>中 737kcal</td><td>29.9g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	小 591kcal	24.2g	中 737kcal	29.9g	10日 <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 557kcal</td><td>28.3g</td></tr><tr><td>中 693kcal</td><td>34.3g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	小 557kcal	28.3g	中 693kcal	34.3g	11日 <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 596kcal</td><td>29.6g</td></tr><tr><td>中 762kcal</td><td>36.8g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	小 596kcal	29.6g	中 762kcal	36.8g
エネルギー	たんぱく質																																	
小 603kcal	20.9g																																	
中 759kcal	24.5g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 568kcal	26.9g																																	
中 720kcal	33.6g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 591kcal	24.2g																																	
中 737kcal	29.9g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 557kcal	28.3g																																	
中 693kcal	34.3g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 596kcal	29.6g																																	
中 762kcal	36.8g																																	
14日 とれたて感謝の日… 松山長なす（みそ汁） <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 613kcal</td><td>20.3g</td></tr><tr><td>中 777kcal</td><td>25.5g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	小 613kcal	20.3g	中 777kcal	25.5g	15日 旬…夏野菜のスパゲッティ <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 592kcal</td><td>25.1g</td></tr><tr><td>中 755kcal</td><td>31.4g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	小 592kcal	25.1g	中 755kcal	31.4g	16日 <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 598kcal</td><td>24.0g</td></tr><tr><td>中 772kcal</td><td>29.8g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	小 598kcal	24.0g	中 772kcal	29.8g	17日 <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 641kcal</td><td>23.7g</td></tr><tr><td>中 803kcal</td><td>28.7g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	小 641kcal	23.7g	中 803kcal	28.7g	18日 しゅう ぎょう しき 終業式						
エネルギー	たんぱく質																																	
小 613kcal	20.3g																																	
中 777kcal	25.5g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 592kcal	25.1g																																	
中 755kcal	31.4g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 598kcal	24.0g																																	
中 772kcal	29.8g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 641kcal	23.7g																																	
中 803kcal	28.7g																																	



あじ ふく い けん

味めぐり【福井県】

福井県は、浄土真宗を開いた親鸞とのゆかりが古く、「報恩講」という仏教行事が行われ、その時に油揚げを使った料理が振舞われていました。
福井県の油揚げは、厚揚げのように厚みがあり、ずっしりと重さがあるのが特徴です。「あぶらげ」と呼ばれ、それを使った料理の一つが『あぶらげごはん』として広まりました。
また、複雑な潮の流れがある若狭湾は、かにの漁場として有名です。そこで獲れる「ずわいがに」は「越前がに」と呼ばれ、福井県を代表するブランド食材の一つです。給食では、『かに玉汁』にかにを使用しています。



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(瀬戸内) ホキ(ニュージーランド) ししも(ノルウェー) さば(日本) えび(インドネシア) いか(南米) かに(鳥取) 豆腐・あげ(カナダ・愛媛・日本) 平天(北海道) 大豆(北海道) 押もち麦(愛媛) じゃがいも(長崎・愛媛・北海道・青森・松山) なす(愛媛・松山・熊本) かぼちゃ(メキシコ・宮崎・愛媛) トマト(愛媛・熊本・高知) にんじん(青森・長崎・北海道・熊本) ピーマン(宮崎・愛媛・大分・高知) キャベツ(群馬・愛媛・長野・愛知・茨城) きゅうり(愛媛・宮崎・高知) こまつな(愛媛・福岡・徳島・松山・茨城・広島) ゴーヤ(九州) オクラ(九州) コーン(北海道) えだまめ(北海道) たまねぎ(愛媛・松山) ほうれんそう(大分) えのき茸(愛媛・宮崎・熊本・長野) しめじ(香川・広島) たけのこ(愛媛) きくらげ(松山) しいたけ(日本) きわかめ(宮城・岩手・徳島) ひじき(松山・韓国) パイナップル(タイ・インドネシア・フィリピン)