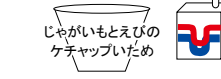
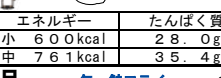
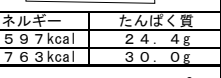
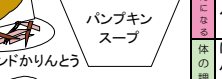
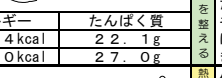
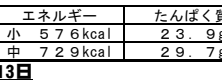
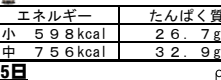
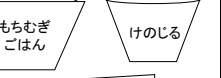
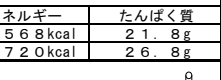
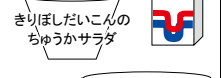
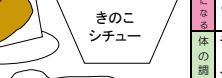
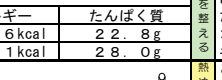
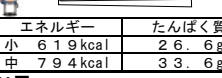
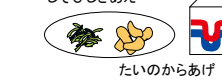
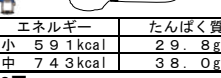
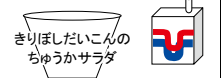
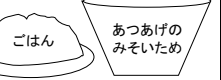
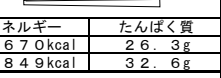
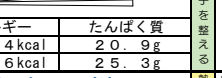
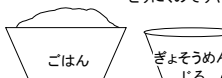
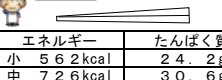
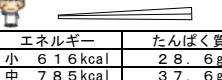
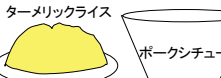
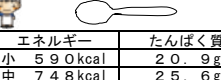
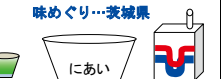
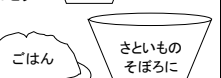
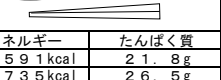
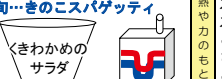
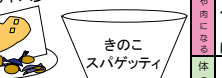
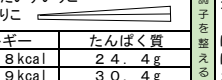
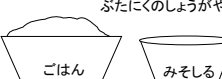
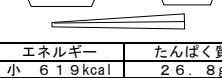
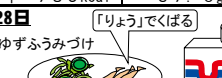
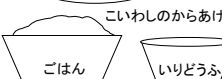
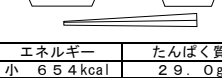
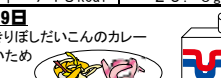
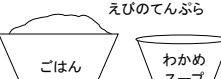
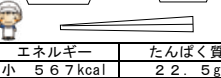
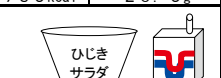
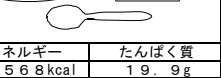
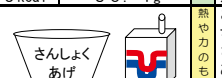
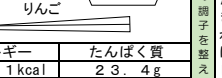


月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
あじ いばら き けん 味めぐり【茨城県】 茨城県は、作物を栽培している土地の面積が広く1年を通して多くの野菜が収穫されます。その中でもれんこんの栽培が盛んで、生産量は日本一です。 『煮かい』は、水戸市下市地方で、お正月やお祝いに食べられる郷土料理です。れんこんやごぼうなど地元でとれた野菜を煮て、酢で和えた料理です。 	しん さかな やさい くだもの 旬の魚・野菜・果物 	1日    エネルギー たんぱく質 小 600kcal 28.0g 中 761kcal 35.4g	2日 行事食…お月見 (いもたき)     エネルギー たんぱく質 小 597kcal 24.4g 中 763kcal 30.0g	3日     エネルギー たんぱく質 小 584kcal 22.1g 中 730kcal 27.0g
6日 行事食…秋祭り (松山酢)    エネルギー たんぱく質 小 576kcal 23.9g 中 729kcal 29.7g	7日 ち ほう さい 地方祭 	8日 旬…鮭フライ     エネルギー たんぱく質 小 598kcal 26.7g 中 756kcal 32.9g	9日     エネルギー たんぱく質 小 568kcal 21.8g 中 720kcal 26.8g	10日     エネルギー たんぱく質 小 586kcal 22.8g 中 721kcal 28.0g
13日 スポーツの日	14日     エネルギー たんぱく質 小 619kcal 26.6g 中 794kcal 33.6g	15日     エネルギー たんぱく質 小 591kcal 29.8g 中 743kcal 32.0g	16日    エネルギー たんぱく質 小 670kcal 26.3g 中 893kcal 32.6g	17日    エネルギー たんぱく質 小 614kcal 20.9g 中 766kcal 25.3g
20日    エネルギー たんぱく質 小 562kcal 24.2g 中 726kcal 30.6g	21日    エネルギー たんぱく質 小 616kcal 28.6g 中 785kcal 37.6g	22日    エネルギー たんぱく質 小 590kcal 20.9g 中 748kcal 25.6g	23日 味めぐり…茨城県    エネルギー たんぱく質 小 591kcal 21.8g 中 735kcal 26.5g	24日    エネルギー たんぱく質 小 618kcal 24.4g 中 789kcal 30.4g
27日    エネルギー たんぱく質 小 619kcal 26.8g 中 773kcal 32.8g	28日    エネルギー たんぱく質 小 654kcal 29.0g 中 816kcal 35.7g	29日    エネルギー たんぱく質 小 567kcal 22.5g 中 722kcal 27.9g	30日    エネルギー たんぱく質 小 568kcal 19.9g 中 723kcal 23.7g	31日    エネルギー たんぱく質 小 581kcal 23.4g 中 739kcal 30.0g

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) たい(愛媛) いわし(鹿児島) さば(日本) さけ(北海道) ホキ(ニュージーランド) いか(南米) えび(インドネシア) 豆腐・あげ(カナダ・アメリカ・日本) 魚そうめん・平天(北海道) 大豆(北海道) 押もち麦(愛媛) じゃがいも(北海道) にんじん(北海道)
さつまいも(徳島・鹿児島・茨城・熊本・千葉) かぼちゃ(北海道・ニュージーランド) キャベツ(愛媛・長野・群馬・熊本・愛知) だいこん(北海道・青森・熊本・愛媛) たまねぎ(北海道) 白菜(長野・長崎・大分・徳島・愛媛・熊本・群馬) えのき茸(愛媛・宮崎・長野・熊本)
ほうれん草(大分) しめじ(香川・広島・福岡) エリンギ(香川・広島・福岡) さといも(九州・愛媛) れんこん(徳島) 新高梨(大分・福岡・新潟) りんご(青森・長野) たけのこ(愛媛) きくらげ(松山) しいたけ(日本) わかめ(日本) もずく(沖縄) 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
…三津浜独自献立の日

※ 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>

