



# 令和3年7月 予定献立表



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日																														
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 20%;"> <p>旬の魚・野菜・果物</p> </div> <div style="width: 30%; text-align: center;"> <p>松山市久谷地区 大森さんのミニトマト</p> <p>5~7月の浮穴調理場管内の学校給食に登場したミニトマトは、松山市久谷地区の「大森さん」が栽培してくれました。 浮穴小・坂原小・荏原小・南第二中・久谷中・荏原幼の子どもたちにおいしいミニトマトを納品してくれています。</p> </div> <div style="width: 20%;"></div> <div style="width: 20%;"></div> </div>																																		
<p>5日 旬...夏野菜カレー</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 622kcal</td><td>20.5g</td></tr> <tr><td>中 803kcal</td><td>25.6g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 622kcal	20.5g	中 803kcal	25.6g	<p>6日 行事食...七夕 (ぞうめん汁)</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 606kcal</td><td>26.0g</td></tr> <tr><td>中 773kcal</td><td>32.7g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 606kcal	26.0g	中 773kcal	32.7g	<p>7日</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 603kcal</td><td>26.5g</td></tr> <tr><td>中 764kcal</td><td>32.7g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 603kcal	26.5g	中 764kcal	32.7g	<p>8日</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 660kcal</td><td>21.8g</td></tr> <tr><td>中 819kcal</td><td>26.5g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 660kcal	21.8g	中 819kcal	26.5g	<p>9日 味めぐり...熊本県</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 698kcal</td><td>25.3g</td></tr> <tr><td>中 886kcal</td><td>31.9g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 698kcal	25.3g	中 886kcal	31.9g
エネルギー	たんぱく質																																	
小 622kcal	20.5g																																	
中 803kcal	25.6g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 606kcal	26.0g																																	
中 773kcal	32.7g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 603kcal	26.5g																																	
中 764kcal	32.7g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 660kcal	21.8g																																	
中 819kcal	26.5g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 698kcal	25.3g																																	
中 886kcal	31.9g																																	
<p>12日</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 600kcal</td><td>26.9g</td></tr> <tr><td>中 770kcal</td><td>34.4g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 600kcal	26.9g	中 770kcal	34.4g	<p>13日</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 660kcal</td><td>30.2g</td></tr> <tr><td>中 833kcal</td><td>37.7g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 660kcal	30.2g	中 833kcal	37.7g	<p>14日</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 656kcal</td><td>26.1g</td></tr> <tr><td>中 834kcal</td><td>32.5g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 656kcal	26.1g	中 834kcal	32.5g	<p>15日 どれだて感謝の日...長谷す</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 616kcal</td><td>24.1g</td></tr> <tr><td>中 783kcal</td><td>29.6g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 616kcal	24.1g	中 783kcal	29.6g	<p>16日</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 639kcal</td><td>21.2g</td></tr> <tr><td>中 799kcal</td><td>26.0g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 639kcal	21.2g	中 799kcal	26.0g
エネルギー	たんぱく質																																	
小 600kcal	26.9g																																	
中 770kcal	34.4g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 660kcal	30.2g																																	
中 833kcal	37.7g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 656kcal	26.1g																																	
中 834kcal	32.5g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 616kcal	24.1g																																	
中 783kcal	29.6g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 639kcal	21.2g																																	
中 799kcal	26.0g																																	
<p>19日</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 613kcal</td><td>31.0g</td></tr> <tr><td>中 762kcal</td><td>38.5g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 613kcal	31.0g	中 762kcal	38.5g	<p>20日</p> <h2 style="color: blue;">第1学期終業式</h2> <div style="border: 2px solid orange; padding: 10px; margin: 10px auto; width: 80%;"> <p style="text-align: center;">熊本県の味めぐり</p> <p>今月は、熊本県の味めぐりです。 「太平燕」は、春雨に豚肉・エビ・イカ・キャベツ・にんじんの旬の野菜と揚げ卵を、鶏ガラスープや豚骨スープで合わせた熊本県のご当地料理です。本来は、中国福建省に伝わる郷土料理で、明治時代に日本に伝わり、日本独特のアレンジが加えられたとされています。現在は、熊本県の中華料理店における定番メニューとして、しょうゆ味・塩味・豚骨味など、色々な味付けで広く愛されています。 また、熊本県は、盆地特有の気候で寒暖差が大きいため、甘いすいかが育ち全国的に有名です。</p> </div>																											
エネルギー	たんぱく質																																	
小 613kcal	31.0g																																	
中 762kcal	38.5g																																	

松山市学校給食の 今月の主な食品の予定産地

豚肉(愛媛) 鶏肉(愛媛) たちうお(愛媛) たい(愛媛) ししやも(ノルウェー) ホキ(ニュージーランド) えび(インドネシア) いか(ペルー・チリ) 豆腐・あげ(カナダ) 平天(北海道) 大豆(北海道) 押しもち麦(愛媛) ひじき(松山) わかめ(宮城) たけのこ(愛媛) **じゃがいも(松山)** かぼちゃ(メキシコ・宮崎・鹿児島・長崎・愛媛・岡山・熊本・愛知) にんじん(青森・北海道・長崎) トマト(愛媛・熊本・高知) ピーマン(宮崎・愛媛・高知・熊本) キャベツ(群馬・長野・愛知・愛媛・熊本) 枝豆(愛媛・徳島・大分) しめじ(香川・福岡) きゅうり(愛媛・高知・宮崎・熊本・北海道) たまねぎ(松山・愛媛) なす(愛媛・熊本) オクラ(九州) コーン(大分・北海道) すいか(愛媛・鳥取・熊本・石川・長野・山形) えのき茸(愛媛・宮崎・長野) しいたけ(日本) きくらげ(愛媛) **ミニトマト(松山久谷地区)**

※ (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。  
 赤(あか) ... 赤のグループ【血や筋肉や骨をつくる食べ物】  
 黄(き) ... 黄のグループ【熱や力のもととなる食べ物】  
 緑(みどり) ... 緑のグループ【からだの調子をととのえる食べ物】

味めぐり...日本の味めぐり  
 旬...旬の食材を生かした献立  
 どれだて感謝の日...松山産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。  
 ※ 松山市の学校給食のホームページ... <http://www.city.matsuyama.ehime.jp/kurashi/kosodate/kyuusyoku/gakkoukyusyoku.html>