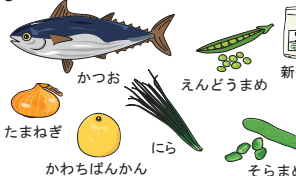
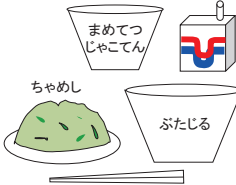
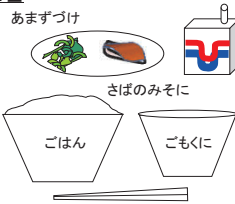
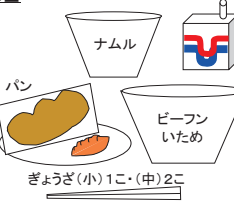
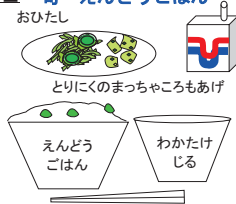
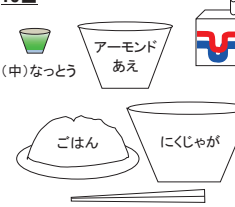
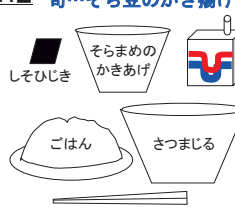
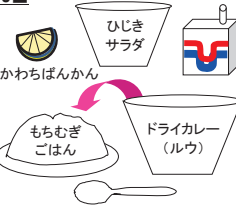
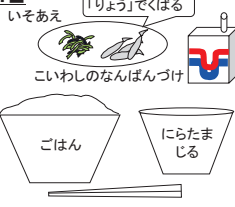
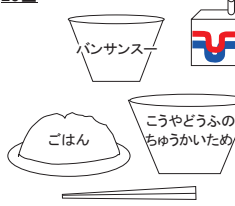
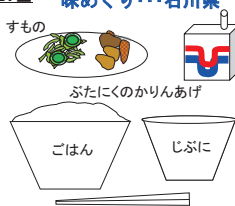
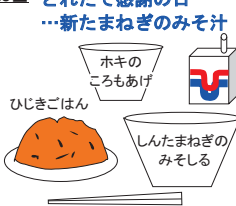
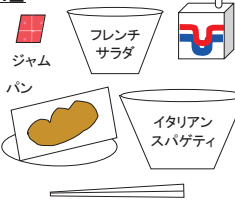
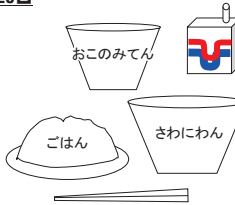
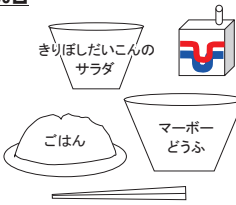
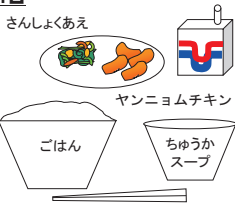


月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日																															
あじ いしかわけん 味めぐり【石川県】 『じぶ煮』は、石川県が加賀藩と呼ばれていた江戸時代から大切に受け継がれてきた郷土料理です。旬の野菜、小麦粉をまぶした鶏肉、すだれ麩などを甘辛い煮汁で煮て、薬味にわさびを添えて仕上げます。江戸時代には、献上料理としてふるまわれていましたが、現在では家庭でのおもてなし料理など、ハレの日の料理として食べられています。		しゅん さかな や さい くだ もの 旬の魚・野菜・果物 		1日  <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 585kcal</td><td>28.5g</td></tr><tr><td>中 732kcal</td><td>35.3g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 585kcal	28.5g	中 732kcal	35.3g	2日 行事食…八十八夜（茶飯）  <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 568kcal</td><td>22.2g</td></tr><tr><td>中 739kcal</td><td>27.6g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 568kcal	22.2g	中 739kcal	27.6g	3日 けん ぼう き ね ん び 憲法記念日																			
エネルギー	たんぱく質																																						
小 585kcal	28.5g																																						
中 732kcal	35.3g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 568kcal	22.2g																																						
中 739kcal	27.6g																																						
6日 ふり か え き ゆ う じ つ 振替休日		7日  <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 638kcal</td><td>28.2g</td></tr><tr><td>中 813kcal</td><td>36.5g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 638kcal	28.2g	中 813kcal	36.5g	8日  <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 630kcal</td><td>26.1g</td></tr><tr><td>中 837kcal</td><td>33.6g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 630kcal	26.1g	中 837kcal	33.6g	9日 旬…えんどうごはん  <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 603kcal</td><td>22.6g</td></tr><tr><td>中 769kcal</td><td>28.4g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 603kcal	22.6g	中 769kcal	28.4g	10日  <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 576kcal</td><td>27.2g</td></tr><tr><td>中 731kcal</td><td>34.5g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 576kcal	27.2g	中 731kcal	34.5g						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 638kcal	28.2g																																						
中 813kcal	36.5g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 630kcal	26.1g																																						
中 837kcal	33.6g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 603kcal	22.6g																																						
中 769kcal	28.4g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 576kcal	27.2g																																						
中 731kcal	34.5g																																						
13日  <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 558kcal</td><td>20.5g</td></tr><tr><td>中 751kcal</td><td>28.1g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 558kcal	20.5g	中 751kcal	28.1g	14日 旬…そら豆のかき揚げ  <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 598kcal</td><td>21.1g</td></tr><tr><td>中 748kcal</td><td>26.5g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 598kcal	21.1g	中 748kcal	26.5g	15日  <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 558kcal</td><td>23.7g</td></tr><tr><td>中 716kcal</td><td>29.9g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 558kcal	23.7g	中 716kcal	29.9g	16日  <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 600kcal</td><td>24.8g</td></tr><tr><td>中 777kcal</td><td>31.3g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 600kcal	24.8g	中 777kcal	31.3g	17日  <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 599kcal</td><td>23.4g</td></tr><tr><td>中 746kcal</td><td>28.5g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 599kcal	23.4g	中 746kcal	28.5g
エネルギー	たんぱく質																																						
小 558kcal	20.5g																																						
中 751kcal	28.1g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 598kcal	21.1g																																						
中 748kcal	26.5g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 558kcal	23.7g																																						
中 716kcal	29.9g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 600kcal	24.8g																																						
中 777kcal	31.3g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 599kcal	23.4g																																						
中 746kcal	28.5g																																						
20日  <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 562kcal</td><td>20.7g</td></tr><tr><td>中 722kcal</td><td>24.9g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 562kcal	20.7g	中 722kcal	24.9g	21日 味めぐり…石川県  <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 591kcal</td><td>26.2g</td></tr><tr><td>中 769kcal</td><td>33.2g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 591kcal	26.2g	中 769kcal	33.2g	22日  <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 586kcal</td><td>24.4g</td></tr><tr><td>中 717kcal</td><td>29.8g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 586kcal	24.4g	中 717kcal	29.8g	23日 とれたて感謝の日…新たなまねぎのみそ汁  <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 572kcal</td><td>26.6g</td></tr><tr><td>中 726kcal</td><td>32.9g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 572kcal	26.6g	中 726kcal	32.9g	24日  <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 589kcal</td><td>22.8g</td></tr><tr><td>中 755kcal</td><td>28.2g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 589kcal	22.8g	中 755kcal	28.2g
エネルギー	たんぱく質																																						
小 562kcal	20.7g																																						
中 722kcal	24.9g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 591kcal	26.2g																																						
中 769kcal	33.2g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 586kcal	24.4g																																						
中 717kcal	29.8g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 572kcal	26.6g																																						
中 726kcal	32.9g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 589kcal	22.8g																																						
中 755kcal	28.2g																																						
27日  <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 636kcal</td><td>28.0g</td></tr><tr><td>中 797kcal</td><td>34.7g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 636kcal	28.0g	中 797kcal	34.7g	28日  <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 562kcal</td><td>23.0g</td></tr><tr><td>中 715kcal</td><td>28.0g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 562kcal	23.0g	中 715kcal	28.0g	29日  <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 588kcal</td><td>29.0g</td></tr><tr><td>中 750kcal</td><td>35.9g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 588kcal	29.0g	中 750kcal	35.9g	30日  <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 626kcal</td><td>26.8g</td></tr><tr><td>中 785kcal</td><td>32.9g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 626kcal	26.8g	中 785kcal	32.9g	31日  <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 563kcal</td><td>24.3g</td></tr><tr><td>中 717kcal</td><td>30.0g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 563kcal	24.3g	中 717kcal	30.0g
エネルギー	たんぱく質																																						
小 636kcal	28.0g																																						
中 797kcal	34.7g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 562kcal	23.0g																																						
中 715kcal	28.0g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 588kcal	29.0g																																						
中 750kcal	35.9g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 626kcal	26.8g																																						
中 785kcal	32.9g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 563kcal	24.3g																																						
中 717kcal	30.0g																																						

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・九州地方) 豚肉(愛媛) 鶏肉(愛媛) ホキ(ニュージーランド) いか(南米) さば(ノルウェー) いわし(鹿児島) えび(インドネシア) 豆腐・厚揚げ・あげ(カナダ) すり身・平天(北海道・アメリカ) 大豆(北海道) ひよこ豆(アメリカ) 緑茶(日本・鹿児島) にら(高知・宮崎) じゃがいも(長崎・鹿児島・愛媛・北海道) キャベツ(愛媛・愛知・熊本・徳島・大分・香川) にんじん(徳島・長崎・熊本・和歌山) こまつな(愛媛・福岡・徳島・長崎・茨城) チンゲン菜(徳島・福岡・愛媛) かぼちゃ(ニュージーランド・鹿児島・中南米) しょうが(高知・熊本・愛媛) えんどう豆(和歌山・愛媛) そら豆(愛媛) たまねぎ(松山・愛媛・北海道) ごぼう(岡山・青森・宮崎・鹿児島) たけのこ(愛媛) くわかくめ(徳島) わかくめ(宮城) 昆布(北海道) マッシュルーム(千葉) 河内晩柑(愛媛) しめじ(香川・福岡・広島) えのき茸(愛媛・宮崎・長野) 押もち麦(愛媛)

※ (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品】
黄 (き) … 黄のグループ【熱や力のもとになる食品】
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
とれたて感謝の日…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。
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>

<松山市HP>