

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日	
2日		3日		4日		5日		6日	
かわりきんぴら ごはん ぶたたまどんぶり(ぐ) エネルギーたんぱく質 小601kcal24.7g 中758kcal31.0g		しょうゆドレッシングサラダ ごはん カレーライス(ルー) エネルギーたんぱく質 小646kcal21.1g 中813kcal26.4g		こんにやくサラダ パン ようふう だいずいりこ エネルギーたんぱく質 小575kcal27.3g 中722kcal34.0g		かきあげ きりぼしめし さといものみそしる エネルギーたんぱく質 小572kcal20.3g 中725kcal24.9g		わかめたまごにぼしえび ごはん タイピーエン エネルギーたんぱく質 小576kcal25.5g 中738kcal31.9g	
9日		10日		11日		12日		13日	
キャベツのおひたし さばのみそに ごはん いそに エネルギーたんぱく質 小619kcal29.1g 中804kcal37.3g		コーンサラダ ジンジャーライス クリームシチュー エネルギーたんぱく質 小575kcal21.6g 中733kcal26.7g		パイナップル バナナ ミネストローネ エネルギーたんぱく質 小604kcal26.6g 中754kcal33.1g		こうやどうふのあげに もちむぎごはん ぶたじる エネルギーたんぱく質 小610kcal20.9g 中765kcal25.4g		ごまあえ わかどりのからあげ ごはん ビーフン エネルギーたんぱく質 小619kcal24.5g 中788kcal30.2g	
17日		18日		19日		20日		21日	
行事食…お月見(いもたき) すもも ゼリー ししゃものからあげ ごはん いもたき エネルギーたんぱく質 小615kcal21.8g 中792kcal27.6g		フルーツあえ パン とりだんごスープ ジャーマンポテト エネルギーたんぱく質 小607kcal24.1g 中762kcal29.3g		ホキのからあげ キムチごはん にらたまスープ エネルギーたんぱく質 小605kcal28.2g 中757kcal34.9g		アーモンド とりにくのてりやき もちむぎわかめごはん にゅうめん エネルギーたんぱく質 小573kcal23.5g 中756kcal29.5g		27日	
旬…はものてんぷら しそじきあえ はものてんぷら けんちんじる エネルギーたんぱく質 小603kcal26.8g 中756kcal32.8g		さんま たちうお はも さといも ながなす ぶどう なし すだち		味めぐり…徳島県 とりにくのすだちあえ さつまいもごはん わかめじる エネルギーたんぱく質 小593kcal21.9g 中757kcal27.0g		かいそうサラダ パン ポークビーンズ ぶどう エネルギーたんぱく質 小612kcal27.7g 中760kcal34.0g		28日	
30日		31日		1日		2日		3日	
旬…はものてんぷら しそじきあえ はものてんぷら けんちんじる エネルギーたんぱく質 小603kcal26.8g 中756kcal32.8g		さんま たちうお はも さといも ながなす ぶどう なし すだち		味めぐり…徳島県 とりにくのすだちあえ さつまいもごはん わかめじる エネルギーたんぱく質 小593kcal21.9g 中757kcal27.0g		かいそうサラダ パン ポークビーンズ ぶどう エネルギーたんぱく質 小612kcal27.7g 中760kcal34.0g		4日	

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) さば(日本) はも(愛媛) ホキ(ニュージーランド) ししゃも(アイスランド) いか(ペルー) えび(インドネシア) 豆腐・あげ(カナダ) 平天(北海道・アメリカ) 大豆(北海道) 押もち麦(愛媛) じゃがいも(北海道・長崎・愛媛・青森・鹿児島) しいたけ(日本) さつまいも(徳島・熊本・鹿児島・千葉・茨城) にら(高知・宮崎) にんじん(北海道・青森・徳島) キャベツ(群馬・長野・熊本・愛知) きゅうり(愛媛・宮崎・高知・熊本・群馬・北海道・長野・松山・福島) ごぼう(岡山・鹿児島・青森・北海道) だいこん(北海道・青森・群馬・長野・香川) たまねぎ(北海道・愛媛・佐賀・徳島) なし(徳島・大分・福岡・熊本) ぶどう(愛媛・長野) パインアップル(タイ) すだち(徳島) えのき茸(愛媛・宮崎・長野) しめじ(香川・広島・福岡) さといも(愛媛) たけのこ(愛媛) きくらげ(松山) わかめ(宮城・岩手) ひじき(松山) こんにぶ(北海道)

※ (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

※ 月に数回みかんジュースがつかます。
※ 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/gakkoukyuusyoku.html>