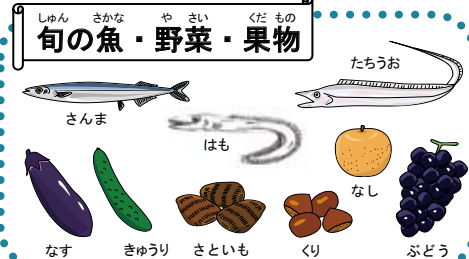
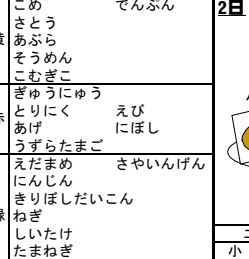


月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日	
旬の魚・野菜・果物  エネルギーたんぱく質 小 6 3 9 kcal 2 2 . 7 g 中 8 0 3 kcal 2 8 . 5 g		1日  エネルギーたんぱく質 小 6 3 9 kcal 2 2 . 7 g 中 8 0 3 kcal 2 8 . 5 g		2日  エネルギーたんぱく質 小 6 1 9 kcal 2 8 . 0 g 中 7 7 1 kcal 3 4 . 4 g		3日  エネルギーたんぱく質 小 6 0 1 kcal 2 4 . 8 g 中 7 5 7 kcal 3 1 . 8 g		4日  エネルギーたんぱく質 小 5 7 1 kcal 2 2 . 4 g 中 7 2 3 kcal 2 7 . 4 g	
7日 味めぐり…宮崎県 たまごなしタルタルソース ポイルキャベツ チキンなんぼん ごはん みそしる エネルギーたんぱく質 小 6 2 6 kcal 2 5 . 6 g 中 7 8 4 kcal 3 1 . 4 g		8日 きりぼしだいこんのゼリー ちゅうかサラダ キムチごはん とりだんごスープ エネルギーたんぱく質 小 5 9 9 kcal 2 0 . 4 g 中 7 4 2 kcal 2 6 . 0 g		9日 ジャーマンポテト パン たまごスープ だいずいりこ エネルギーたんぱく質 小 5 8 0 kcal 2 6 . 3 g 中 7 2 3 kcal 3 2 . 6 g		10日 さんしよくあえ ぶたにくのゆかりあげ ごはん いそに エネルギーたんぱく質 小 6 2 0 kcal 2 9 . 0 g 中 7 8 7 kcal 3 6 . 0 g		11日 パイナップル コーンサラダ ピラフ キャロットスープ エネルギーたんぱく質 小 5 8 1 kcal 1 8 . 4 g 中 7 2 9 kcal 2 2 . 4 g	
14日 旬…はもの天ぷら あまずけ はものてんぷら わかめごはん さわにわん エネルギーたんぱく質 小 6 0 9 kcal 2 6 . 6 g 中 7 6 1 kcal 3 2 . 5 g		15日 のむヨーグルト かいそうサラダ もちむぎごはん シーフードカレー(ルウ) エネルギーたんぱく質 小 6 6 8 kcal 2 5 . 5 g 中 8 2 8 kcal 3 0 . 0 g		16日 くきわかめのサラダ パン ソーススパゲッティ ぶどう 「りよう」でくぼる エネルギーたんぱく質 小 5 8 9 kcal 2 3 . 5 g 中 7 4 7 kcal 2 9 . 3 g		17日 なつとう ごまあえ もちむぎごはん にくじゃが エネルギーたんぱく質 小 5 8 1 kcal 2 2 . 4 g 中 7 1 9 kcal 2 6 . 4 g		18日 おつきみデザート とりにくとマカロニのトマトソースに ことうパン キャベツとベーコンのスープ エネルギーたんぱく質 小 6 0 1 kcal 2 9 . 4 g 中 7 5 9 kcal 3 5 . 9 g	
21日 敬老の日		22日 国民の休日		23日 秋分の日		24日 行事食…お月見(いもたき) しそひじきあえ ホキのもみじあげ ごはん いもたき エネルギーたんぱく質 小 6 5 5 kcal 2 5 . 5 g 中 8 2 4 kcal 3 1 . 3 g		25日 こざかな ヤンニョムチキン ごはん ちゅうかスープ エネルギーたんぱく質 小 5 8 6 kcal 2 4 . 9 g 中 7 4 1 kcal 3 0 . 2 g	
28日 アーモンド こうやどうふのあげに ごはん ぶたじる エネルギーたんぱく質 小 6 5 1 kcal 2 2 . 2 g 中 8 0 9 kcal 2 6 . 8 g		29日 すだちふうみづけ ししやもフライ(小)2び(中)3び ごはん けんちんじる エネルギーたんぱく質 小 5 8 7 kcal 2 1 . 0 g 中 7 7 6 kcal 2 6 . 6 g		30日 ジャム ひじきサラダ パン ちゅうかいため エネルギーたんぱく質 小 5 9 2 kcal 2 3 . 9 g 中 7 3 9 kcal 2 9 . 8 g		味めぐり【宮崎県】 宮崎県は、温暖で自然豊かな環境のため「日本の日向」と呼ばれており、その過ごしやすいから、観光だけでなくスポーツの宿泊地としても選ばれています。 『チキン南蛮』のはじまりは、延岡市の洋食店でまかない料理として出されていた「鶏から揚げ甘酢漬」とされています。今では、タルタルソースをかけたり、サラダを添えたりする形が人気となり、家庭や学校給食など日常の食事として広く親しまれるようになりました。			



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) 豚肉・鶏肉(愛媛) ししやも(ノルウェー) さば(日本) ホキ(ニュージーランド) はも(愛媛) いか(ペルー・チリ) えび(インドネシア) 豆腐・あげ(カナダ・愛媛・日本・アメリカ) 平天・ちくわ(北海道・タイ) 大豆(北海道) 押もち麦(愛媛) にんじん(北海道・徳島) じゃがいも(北海道・長崎・鹿児島) さつまいも(徳島・茨城・熊本) かぼちゃ(北海道・愛媛・ニュージーランド) キャベツ(群馬・長野・熊本・愛知) きゅうり(愛媛・宮崎・高知・熊本・佐賀・岐阜・北海道・岡山) ごぼう(鹿児島・岡山・青森・北海道) たまねぎ(北海道・愛媛) さといも(九州) なし(徳島・大分・福岡) ぶどう(愛媛) すだち(徳島) パイナップル(タイ) しめじ(香川・広島) エリンギ(香川・広島・福岡) たけのこ(愛媛) きくらげ(愛媛) しいたけ(日本) くきわかめ(徳島) わかめ(東北) ひじき(松山) あおのり(日本)

※ (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

※ 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、不明な点がございましたら、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>

