

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
あじ ぐん ま け ん 味めぐり【群馬県】 群馬県は、小麦の生産が盛んであることから、小麦粉を使用した郷土料理が多くあります。その代表的な料理が『おきりこみ』です。小麦粉で作られた幅広の麺を切り込みながら鍋に入れ、野菜やきのこなどと一緒煮込みます。 『上州きんぴら』は、昭和58年に開催された「あかぎ国体」の時に、特産品のこんにやくなどを使って考案された郷土料理です。群馬県の山をイメージして太く切ったごぼうを入れるのが特長です。				
5日 ひ こどもの日	6日 ふ り か え き ゆ う じ つ 振替休日	7日 旬の魚・野菜・果物	8日 1日 こくとうパン フレンチサラダ チャウダー アーモンドいりこ エネルギー たんぱく質	9日 2日 行事食…八十八夜（茶飯） 「りょうでくばる」 こいわしのフライ ちゃめし にゅうめん エネルギー たんぱく質
12日 おひたし とりにくのてりやき ごはん ごもく カレーいりこ エネルギー たんぱく質	13日 かいそう サラダ パン イタリアン スパゲッティ だいずかりんとう エネルギー たんぱく質	14日 旬…そら豆のかき揚げ しそひじき そらまめの かき揚げ ごはん ぶたじる エネルギー たんぱく質	15日 こまドレッシング サラダ コーンピラフ ようふう にこみ エネルギー たんぱく質	16日 ちぎり じゃこてん ごはん さわにわん エネルギー たんぱく質
19日 とりにくの マリネ キムチごはん ちゅうか コーンスープ エネルギー たんぱく質	20日 ジャム チリコンカン ひめむぎパン ミニストローネ エネルギー たんぱく質	21日 レモンふうみづけ ホキのからあげ ごはん ごもくに エネルギー たんぱく質	22日 チーズ アーモンド あえ ごはん にくじゃが エネルギー たんぱく質	23日 とれたて感謝の日 …新玉ねぎのみそ汁 チンゲンサイのおひたし もちむぎ ごはん しんたまねぎ みそじる エネルギー たんぱく質
26日 ヨーグルト ひじき サラダ ごはん ドライカレー （ルウ） エネルギー たんぱく質	27日 パンサンス パン えびのこみあげ にらたま スープ エネルギー たんぱく質	28日 味めぐり…群馬県 じょうしゅう きんぴら ごはん おきりこみ エネルギー たんぱく質	29日 フルーツ あえ パン ホキのレモンに マカロニの クリームに エネルギー たんぱく質	30日 ポイルキャベツ ごはん きりたんぼ なべ エネルギー たんぱく質

豚肉・鶏肉(愛媛) いわし(香川) ホキ(ニュージーランド) えび(インドネシア) 豆腐・あげ(カナダ・栃木・岐阜・アメリカ) 魚そうめん・すりみ・平天(北海道) 大豆(北海道) 押もち麦(愛媛) じゃがいも(長崎・鹿児島・愛媛) こまつな(愛媛・福岡・徳島・茨城) チンゲン菜(徳島・福岡・愛媛) にら(高知・宮崎・長崎) にんじん(徳島・熊本・長崎) えんどう豆(愛媛・和歌山) キャベツ(愛媛・愛知・熊本・徳島・大分・香川) きゅうり(愛媛・高知・宮崎・熊本) こぼろ(岡山・青森・鹿児島) そら豆(愛媛) だいこん(長崎・香川・熊本・鹿児島・愛媛) さといも(宮崎) たまねぎ(愛媛・松山・北海道) 河内晩柑(愛媛) レモン(愛媛・広島) えのき茸(愛媛・宮崎・熊本) しめじ(香川・広島・福岡) たけのこ(愛媛) きくらげ(松山) しいたけ(三重) わかめ(宮城・岩手) くわわかめ(徳島) のり(香川) ひじき(松山) 緑茶(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】
 (あか) … 赤のグループ【血や筋肉や骨をつくる食品】
 緑(どろ) … 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/kyuusoku/gakkoukyusoku.html>



＜松山市HP＞