

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日	
1日		2日		3日		4日		5日	
 エネルギー たんぱく質 小 5 6 6 kcal 2 2 . 2 g 中 7 1 1 kcal 2 6 . 1 g		 エネルギー たんぱく質 小 5 7 6 kcal 2 1 . 2 g 中 7 2 2 kcal 2 6 . 0 g		 エネルギー たんぱく質 小 5 9 5 kcal 2 5 . 2 g 中 7 7 5 kcal 3 1 . 5 g		 エネルギー たんぱく質 小 6 2 7 kcal 2 6 . 0 g 中 7 8 4 kcal 3 2 . 1 g		 エネルギー たんぱく質 小 5 7 9 kcal 2 2 . 1 g 中 7 3 7 kcal 2 7 . 2 g	
8日		9日		10日		11日		12日	
 エネルギー たんぱく質 小 6 3 4 kcal 2 1 . 1 g 中 7 7 7 kcal 2 5 . 0 g		 エネルギー たんぱく質 小 5 7 6 kcal 2 6 . 6 g 中 7 1 6 kcal 3 2 . 8 g		 エネルギー たんぱく質 小 6 2 1 kcal 2 5 . 4 g 中 7 8 0 kcal 3 1 . 4 g		 エネルギー たんぱく質 小 5 7 6 kcal 2 5 . 7 g 中 7 3 7 kcal 3 1 . 9 g		 エネルギー たんぱく質 小 5 6 1 kcal 2 3 . 6 g 中 7 1 4 kcal 2 9 . 0 g	
15日		16日		17日		18日		19日	
 エネルギー たんぱく質 小 6 0 6 kcal 2 7 . 9 g 中 7 5 8 kcal 3 4 . 2 g		 エネルギー たんぱく質 小 6 0 6 kcal 2 7 . 9 g 中 7 5 8 kcal 3 4 . 2 g		 エネルギー たんぱく質 小 6 0 1 kcal 1 9 . 7 g 中 7 4 2 kcal 2 3 . 5 g		 エネルギー たんぱく質 小 6 1 7 kcal 2 7 . 1 g 中 7 8 0 kcal 3 3 . 2 g		 エネルギー たんぱく質 小 5 6 2 kcal 2 6 . 3 g 中 7 2 3 kcal 3 3 . 0 g	
22日		23日		24日		25日		26日	
 エネルギー たんぱく質 小 6 0 4 kcal 2 3 . 9 g 中 7 5 7 kcal 2 8 . 8 g		 エネルギー たんぱく質 小 6 0 4 kcal 2 3 . 9 g 中 7 5 7 kcal 2 8 . 8 g		 エネルギー たんぱく質 小 5 9 1 kcal 2 6 . 0 g 中 7 5 8 kcal 3 2 . 6 g		 エネルギー たんぱく質 小 5 7 6 kcal 2 5 . 2 g 中 7 2 9 kcal 3 0 . 9 g		 エネルギー たんぱく質 小 5 9 5 kcal 1 9 . 9 g 中 7 7 0 kcal 2 9 . 1 g	
29日		30日		旬の魚・野菜・果物		味めぐり【栃木県】		味めぐり【栃木県】	
 エネルギー たんぱく質 小 6 0 8 kcal 3 0 . 3 g 中 7 7 6 kcal 3 7 . 8 g		 エネルギー たんぱく質 小 5 8 8 kcal 3 1 . 8 g 中 7 3 5 kcal 3 9 . 7 g		 エネルギー たんぱく質 小 5 8 8 kcal 3 1 . 8 g 中 7 3 5 kcal 3 9 . 7 g		 エネルギー たんぱく質 小 5 8 8 kcal 3 1 . 8 g 中 7 3 5 kcal 3 9 . 7 g		 エネルギー たんぱく質 小 5 8 8 kcal 3 1 . 8 g 中 7 3 5 kcal 3 9 . 7 g	

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) はも(愛媛) ホキ(ニュージーランド) いか(南米) えび(インドネシア) ししゃも(ノルウェー) さば(ノルウェー) たちうお(日本) 小煮干し(愛媛) かまぼこ・平天(北海道) 豆腐(カナダ・愛媛) 厚揚げ・あげ(カナダ) 大豆(北海道) 押もち麦(愛媛) たまねぎ(愛媛・北海道・徳島) にんじん(北海道・青森・徳島) じゃがいも(北海道) キャベツ(群馬・熊本・長野・愛知) きゅうり(愛媛・高知・宮崎・熊本) しょうが(高知・熊本・愛媛) こまつな(福岡・愛媛・徳島・茨城・大分) ほうれん草(大分) 長なす(愛媛・熊本) さやいんげん(北海道) だいこん(北海道・青森・熊本・香川) たけのこ(愛媛) ねぎ(香川・高知・愛媛・徳島) さといも(九州地方) 梨(徳島・大分・福岡) ぶどう(愛媛・松山) すだち(徳島) しめじ(香川・広島) きくらげ(愛媛) ひじき(松山) わかめ(宮城) 昆布(岩手)

※ (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>



<松山市HP>