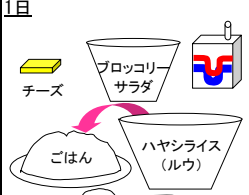
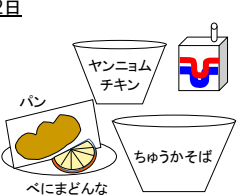
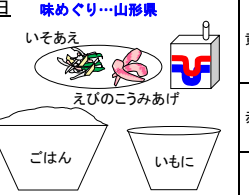
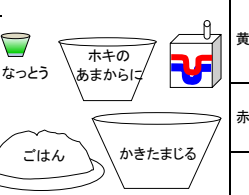
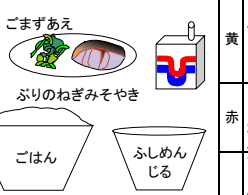
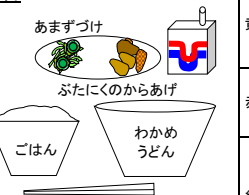
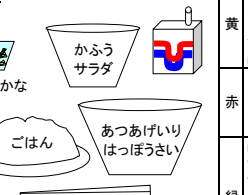
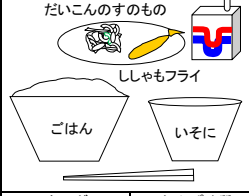
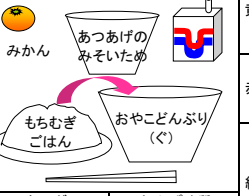
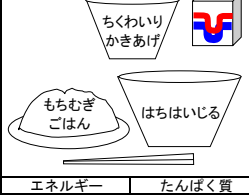
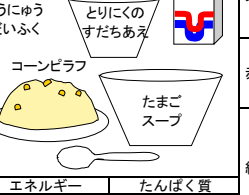
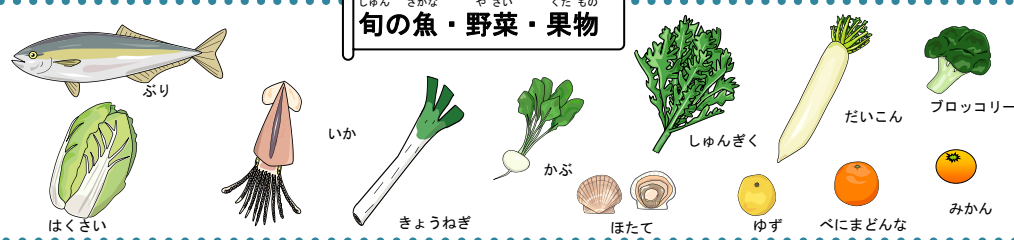


令和7年12月 予定献立表

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日	
1日  チーズ ブロッコリー サラダ ハヤシライス (ルウ) ごはん エネルギー たんぱく質 小 6.28kcal 2.2. 3g 中 8.04kcal 2.7. 3g		2日  パン ヤニニヨム チキン ちゅうかそば ぺにまどんな エネルギー たんぱく質 小 5.89kcal 2.7. 5g 中 7.45kcal 3.4. 6g		3日 味めぐり…山形県  いそあえ えびのこうみあげ ごはん いもに エネルギー たんぱく質 小 5.85kcal 2.5. 1g 中 7.41kcal 3.1. 3g		4日  なっとう ホキの あまからに ごはん かきたまじる エネルギー たんぱく質 小 5.92kcal 2.4. 7g 中 7.43kcal 2.9. 4g		5日 ごまずあえ  ごまずあえ ごはん ふしめん じる エネルギー たんぱく質 小 5.71kcal 2.2. 9g 中 7.19kcal 2.7. 7g	
8日  とうふの かわりあげ いかめし かぶの みそしる エネルギー たんぱく質 小 5.57kcal 2.1. 6g 中 7.07kcal 2.6. 8g		9日  パン きわかめの サラダ カレー ピーズ みかん エネルギー たんぱく質 小 6.74kcal 2.9. 5g 中 8.44kcal 3.6. 7g		10日  あまずつけ ふたにくのからあげ ごはん わかめ うどん エネルギー たんぱく質 小 5.63kcal 2.5. 0g 中 7.31kcal 3.0. 3g		11日  ひめむぎパン いちごジャム トマトソースに ごはん ふゆさいの ポトフ エネルギー たんぱく質 小 5.78kcal 2.7. 9g 中 7.26kcal 3.5. 2g		12日  かふう サラダ あつあげいり はっほうさい エネルギー たんぱく質 小 6.04kcal 2.9. 3g 中 7.71kcal 3.6. 3g	
15日  だいこんのすのもの ししゃもフライ ごはん いそに エネルギー たんぱく質 小 5.10kcal 2.5. 2g 中 7.17kcal 2.8. 1g		16日 旬…白菜と肉だんごのスープ  こめこパン あげじゃが きんぴら はくさいと にくだんごの スープ アーモンド だいずいりこ エネルギー たんぱく質 小 6.32kcal 3.2. 8g 中 7.93kcal 4.1. 1g		17日  みかん あつあげ みそ おやこんぶ り(ぐ) ごはん エネルギー たんぱく質 小 6.05kcal 2.5. 6g 中 7.73kcal 3.2. 5g		18日  ふたにくの ぶりカラフル ごはん ほたてり クリームに エネルギー たんぱく質 小 6.11kcal 2.6. 7g 中 7.77kcal 3.3. 3g		19日 行事食…冬至 (かぼちゃのそぼろに)  ゆずふうみづけ ホキのころもあげ かぼちゃの そぼろに エネルギー たんぱく質 小 6.14kcal 2.7. 3g 中 7.84kcal 3.3. 8g	
22日  ちくわいり かきあげ もちむぎ ごはん はちいじる エネルギー たんぱく質 小 5.56kcal 1.9. 4g 中 7.06kcal 2.3. 8g		23日 (道後中のみ)  どうにゅう だいいふく パン じゃがいもの サラダ ミネストローネ ハンバーグ エネルギー たんぱく質 小 5.91kcal 2.5. 2g 中 7.34kcal 3.0. 9g		24日  とうにゅう だいいふく コーンピラフ たまご スープ ごはん エネルギー たんぱく質 小 6.62kcal 2.8. 9g 中 8.35kcal 3.4. 9g		25日  とりにく すだちあえ ベーコン とりにく エネルギー たんぱく質 小 6.62kcal 2.8. 9g 中 8.35kcal 3.4. 9g		26日  とりにく すだちあえ ベーコン とりにく エネルギー たんぱく質 小 6.62kcal 2.8. 9g 中 8.35kcal 3.4. 9g	

味めぐり【山形県】

『いも煮』は、山形県で秋から冬にかけてよく食べられる鍋料理です。その発祥は、江戸時代の1600年代の半ばといわれています。最上川を使った舟運が盛んだったころ、船頭さんたちが荷物の受け取りを待つ間に、河原で鍋を火にかけて、地元産の里芋や棒だら(干した魚)を煮て食べていたのが始まりとされています。山形県の内陸部では牛肉を使ったしょうゆ味が主流で、庄内地方では、養豚業が盛んなため、豚肉を使ったみそ味で食べられています。今月の給食では、煮干しだしに、里芋・牛肉・こんにやく・まいたけ・にんじん・京ねぎを入れてしょうゆ味で仕上げています。



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) ぶり(北海道) ししゃも(ノルウェー) ホキ(ニュージーランド) いか(南米) えび(インドネシア) ほたて(青森) 豆腐・あげ(カナダ・アメリカ・日本・愛知・愛媛) かまぼこ・ちくわ(北海道・ベトナム) 大豆(北海道) 押もち麦(愛媛) じゃがいも(北海道) かぼちゃ(トンガ・中南米・ニュージーランド・北海道・徳島・茨城・熊本・愛媛・ヨーロッパ) キャベツ(愛媛・愛知・熊本・香川) だいこん(愛媛・長崎・熊本・鹿児島・徳島・青森・香川) たまねぎ(北海道) はくさい(愛媛・長野・熊本・徳島・茨城) にんじん(長崎) ブロッコリー(愛媛・香川・徳島・鳥取・九州) かぶ(愛媛・松山・香川) 京ねぎ(愛媛・鳥取・大分) まいたけ(香川・福岡・三重・広島) みかん(愛媛) 紅まどんな(愛媛・松山) ゆず(高知) たけのこ(愛媛) きくらげ(愛媛) しいたけ(日本) わかめ(日本) ひじき(松山)

※ (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>