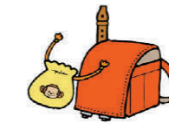




平成31年4月 予定献立表



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日																															
<p>にゅうがく しんきゅう ご入学・ご進級 おめでとうございます</p>	<p>9日</p> <p>赤 フレンチサラダ 黄 ことうパン クリームスープ こぼしのいそかあげ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 617kcal</td><td>24.3g</td></tr> <tr><td>中 773kcal</td><td>29.9g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 617kcal	24.3g	中 773kcal	29.9g	<p>ぎゅうにゅう たまご とりにく にぼし あおのり 黄 パン こむぎこ くるぎとう あぶら じゃがいも さとう えだまめ にんじん たまねぎ キャベツ きゅうり</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 591kcal</td><td>19.5g</td></tr> <tr><td>中 802kcal</td><td>27.8g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 591kcal	19.5g	中 802kcal	27.8g	<p>10日</p> <p>赤 すもの 黄 ごはん にくじゃが</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 591kcal</td><td>19.5g</td></tr> <tr><td>中 802kcal</td><td>27.8g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 591kcal	19.5g	中 802kcal	27.8g	<p>11日</p> <p>赤 ホキの ピリカラフル 黄 パン もちむぎいり ミネストローネ きよみタンゴール</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 610kcal</td><td>26.2g</td></tr> <tr><td>中 755kcal</td><td>32.3g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 610kcal	26.2g	中 755kcal	32.3g	<p>ぎゅうにゅう ベーコン ホキ 黄 パン じゃがいも もちむぎ ごまあぶら さとう セロリ キャベツ にんじん たまねぎ にんにく きょうねぎ コーン</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 632kcal</td><td>21.6g</td></tr> <tr><td>中 799kcal</td><td>26.3g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 632kcal	21.6g	中 799kcal	26.3g
エネルギー	たんぱく質																																		
小 617kcal	24.3g																																		
中 773kcal	29.9g																																		
エネルギー	たんぱく質																																		
小 591kcal	19.5g																																		
中 802kcal	27.8g																																		
エネルギー	たんぱく質																																		
小 591kcal	19.5g																																		
中 802kcal	27.8g																																		
エネルギー	たんぱく質																																		
小 610kcal	26.2g																																		
中 755kcal	32.3g																																		
エネルギー	たんぱく質																																		
小 632kcal	21.6g																																		
中 799kcal	26.3g																																		
<p>15日</p> <p>赤 いかのさらさあげ 黄 レモンふうみづけ ごはん いそに</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 608kcal</td><td>25.9g</td></tr> <tr><td>中 769kcal</td><td>31.9g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 608kcal	25.9g	中 769kcal	31.9g	<p>16日</p> <p>赤 じゃがいもとえびの ケチャップいため 黄 こめこパン ごまあぶら ワンタン じゃがいも あぶら きよみタンゴール</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 638kcal</td><td>28.3g</td></tr> <tr><td>中 789kcal</td><td>35.1g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 638kcal	28.3g	中 789kcal	35.1g	<p>17日</p> <p>赤 チーズ 黄 ちくわのいそべあげ ごはん さんさい うどん</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 598kcal</td><td>23.8g</td></tr> <tr><td>中 751kcal</td><td>29.3g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 598kcal	23.8g	中 751kcal	29.3g	<p>18日 とれたて感謝の日… 春キャベツのポトフ</p> <p>赤 ジャム 黄 ひめむぎパン はるキャベツの ポトフ だいずいりこ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 644kcal</td><td>24.8g</td></tr> <tr><td>中 793kcal</td><td>30.7g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 644kcal	24.8g	中 793kcal	30.7g	<p>19日 味めぐり…愛媛県</p> <p>赤 ひじきの かきあげ 黄 たいめし さわにわん</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 593kcal</td><td>22.8g</td></tr> <tr><td>中 753kcal</td><td>28.2g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 593kcal	22.8g	中 753kcal	28.2g	
エネルギー	たんぱく質																																		
小 608kcal	25.9g																																		
中 769kcal	31.9g																																		
エネルギー	たんぱく質																																		
小 638kcal	28.3g																																		
中 789kcal	35.1g																																		
エネルギー	たんぱく質																																		
小 598kcal	23.8g																																		
中 751kcal	29.3g																																		
エネルギー	たんぱく質																																		
小 644kcal	24.8g																																		
中 793kcal	30.7g																																		
エネルギー	たんぱく質																																		
小 593kcal	22.8g																																		
中 753kcal	28.2g																																		
<p>22日 旬…春キャベツのみそ汁</p> <p>赤 おこのみでん 黄 ポイルやさい ごはん はるキャベツの みそしる</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 594kcal</td><td>20.0g</td></tr> <tr><td>中 752kcal</td><td>24.5g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 594kcal	20.0g	中 752kcal	24.5g	<p>23日</p> <p>赤 ひじき サラダ 黄 パン ミート スパゲティ カラマンダリン</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 644kcal</td><td>27.0g</td></tr> <tr><td>中 815kcal</td><td>33.6g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 644kcal	27.0g	中 815kcal	33.6g	<p>24日</p> <p>赤 ホキの ころもあげ 黄 チキンピラフ やさい スープ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 604kcal</td><td>26.0g</td></tr> <tr><td>中 770kcal</td><td>32.6g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 604kcal	26.0g	中 770kcal	32.6g	<p>25日</p> <p>赤 かいそう サラダ 黄 パン ポーク ビーンズ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 641kcal</td><td>27.4g</td></tr> <tr><td>中 797kcal</td><td>33.5g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 641kcal	27.4g	中 797kcal	33.5g	<p>26日 行事食…入学・進級お祝い (松山県)</p> <p>赤 わかどりのからあげ 黄 はるキャベツの おひたし まつやまずし すましる</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 612kcal</td><td>25.2g</td></tr> <tr><td>中 780kcal</td><td>31.2g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 612kcal	25.2g	中 780kcal	31.2g	
エネルギー	たんぱく質																																		
小 594kcal	20.0g																																		
中 752kcal	24.5g																																		
エネルギー	たんぱく質																																		
小 644kcal	27.0g																																		
中 815kcal	33.6g																																		
エネルギー	たんぱく質																																		
小 604kcal	26.0g																																		
中 770kcal	32.6g																																		
エネルギー	たんぱく質																																		
小 641kcal	27.4g																																		
中 797kcal	33.5g																																		
エネルギー	たんぱく質																																		
小 612kcal	25.2g																																		
中 780kcal	31.2g																																		
<p>29日</p> <p>しょうわ ひ 昭和の日</p>	<p>30日</p> <p>こくみん きゅうじつ 国民の休日</p>	<p>旬の魚・野菜・果物</p>			<p>あじ 味めぐり</p> <p>今年度も、日本各地の郷土料理や特産物を使った料理を『味めぐり』で紹介いたします。今月は、愛媛県の『味めぐり』です。 愛媛県は、養殖鯛の生産量日本一です。鯛は、おいしく味のよい魚として親しまれており、愛媛県の魚にもなっています。南予や中予の鯛めし、鯛そうめん、鯛の浜焼きなど、新鮮な鯛が獲れる地域で工夫された郷土料理が数多くあります。</p>																														

松山市学校給食の
今日の主な食品の予定産地

牛肉(北海道・愛媛) 豚肉(愛媛) 鶏肉(愛媛) ホキ(ニュージーランド) たい(愛媛) えび(インドネシア) いか(チリ) たこ(愛媛) 小煮干し(愛媛) すり身・ちくわ(北海道) 豆腐・油揚げ(カナダ・アメリカ) 納豆・大豆(北海道) じゃがいも(北海道・鹿児島) たまねぎ(北海道・愛媛) にんじん(徳島・鹿児島) キャベツ(愛媛・熊本・松山) きゅうり(愛媛・高知) ごぼう(岡山・熊本・北海道) こまつな(愛媛・福岡・徳島) 京ねぎ(愛媛・鳥取・大分) ねぎ(香川・高知・愛媛) セロリ(福岡・熊本) ブロッコリー(香川) もやし(愛媛・松山) しょうが(高知・熊本) パセリ(香川・愛媛・徳島) にんにく(青森) しめじ(香川) しいたけ(大分) マッシュルーム(千葉) 清見タンゴール(愛媛) カラマンダリン(愛媛) わかめ(兵庫) 青のり(愛媛) こんぶ(北海道) 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。
赤(あか) … 赤のグループ【血や筋肉や骨をつくる食べ物】
黄(き) … 黄のグループ【熱や力のもととなる食べ物】
緑(みどり) … 緑のグループ【からだの調子をととのえる食べ物】

味めぐり…日本の味めぐり
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。
※ 松山市の学校給食のホームページ… <http://www.city.matsuyama.ehime.jp/kurashi/kosodate/kyuusyoku/gakkoukyusyoku.html>