



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 (中) なつとう</p> <p>黄 ごはん にくじゃが</p> <p>緑 エネルギー たんぱく質 小 590kcal 20.2g 中 791kcal 27.9g</p>	<p>10日</p> <p>赤 じゃがいもとえびのケチャップいため</p> <p>黄 こめこパン ごまあぶら ワンタン じゃがいも あぶら</p> <p>緑 きよみタンゴール</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 631kcal 29.2g 中 780kcal 36.1g</p>	<p>11日</p> <p>赤 チーズ</p> <p>黄 ちくわのいそべあげ そくせきづけ</p> <p>緑 ごはん さんさいうどん</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 596kcal 23.7g 中 749kcal 29.2g</p>	<p>12日</p> <p>赤 フレンチサラダ</p> <p>黄 こくとうパン クリームスープ</p> <p>緑 こにぼしのいそかあげ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 627kcal 25.1g 中 785kcal 31.1g</p>	
<p>15日</p> <p>赤 いかのさらさあげ</p> <p>黄 レモンふうみづけ</p> <p>緑 ごはん いそに</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 608kcal 25.9g 中 769kcal 31.9g</p>	<p>16日</p> <p>赤 しょうゆドレッシングサラダ</p> <p>黄 もちむぎごはん カレーライス(ルー)</p> <p>緑 エネルギー たんぱく質 小 632kcal 21.6g 中 799kcal 26.3g</p>	<p>17日</p> <p>赤 ホキのピリカラフル</p> <p>黄 パン じゃがいももちむぎ</p> <p>緑 きよみタンゴール</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 610kcal 26.2g 中 755kcal 32.3g</p>	<p>18日 味めぐり…愛媛県</p> <p>赤 ひじきのかきあげ</p> <p>黄 たいめし さわにわん</p> <p>緑 エネルギー たんぱく質 小 593kcal 22.8g 中 753kcal 28.2g</p>	<p>19日 どれたて感謝の日…春キャベツのポトフ</p> <p>赤 ジャム コーンサラダ</p> <p>黄 ひめむぎパン はるキャベツのポトフ</p> <p>緑 エネルギー たんぱく質 小 643kcal 24.8g 中 792kcal 30.6g</p>	
<p>22日</p> <p>赤 ホキのころもあげ</p> <p>黄 チキンピラフ やさいスープ</p> <p>緑 エネルギー たんぱく質 小 601kcal 25.3g 中 766kcal 31.8g</p>	<p>23日 旬…春キャベツのみそ汁</p> <p>赤 おこのみてん</p> <p>黄 ポイルやさい</p> <p>緑 ごはん はるキャベツのみそ汁</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 594kcal 20.0g 中 752kcal 24.5g</p>	<p>24日</p> <p>赤 ひじきサラダ</p> <p>黄 パン ミートスパゲティ</p> <p>緑 カラマンダリン</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 644kcal 27.0g 中 826kcal 34.8g</p>	<p>25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</p> <p>黄 はるキャベツのおひたし</p> <p>緑 まつやまずし すましじる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 601kcal 23.6g 中 766kcal 29.2g</p>	<p>26日</p> <p>赤 かいそうサラダ</p> <p>黄 パン ポークビーンズ</p> <p>緑 エネルギー たんぱく質 小 650kcal 28.1g 中 817kcal 35.2g</p>	
<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>たい 春キャベツ さやえんどう たけのこ</p> <p>わかめ レタス カラマンダリン パセリ</p>			<p>あじ 味めぐり</p> <p>今年度も、日本各地の味めぐりです。 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 今月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
 どれたて感謝の日…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>