



令和3年4月 予定献立表



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>旬の魚・野菜・果物</p> </div> <div style="width: 35%; border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">佐賀県の味めぐり</p> <p>「だぶ」は、唐津市でお祝いなどの時に、集落の人が共同で作ってきた郷土料理です。一度にたくさん作る汁物で、煮崩れしやすい材料は使わず、水を多く入れて「だぶだぶ」作ることから、「だぶ」と呼ばれるようになりました。</p> <p>また、佐賀県北西部の港町である呼子という地域では、海の幸がよく獲れます。特に、いろいろな種類の「いか」が年中水揚げされます。天日干しの「いか」は、四季を通じた呼子の風景となっています。</p> </div> <div style="width: 25%;"> </div> </div>				
<p>12日</p> <p>赤: きりぼしだいごんの(にもの)</p> <p>黄: もちむぎごはん、ちゅうかどんぶり(く)</p> <p>緑: しょうが、にんじん、たまねぎ、キャベツ</p> <p>エネルギー: 小 599kcal, 中 770kcal たんぱく質: 26.0g, 32.7g</p>	<p>13日</p> <p>赤: チーズ</p> <p>黄: コーンピラフ</p> <p>緑: しょうが、にんじん、たまねぎ</p> <p>エネルギー: 小 644kcal, 中 806kcal たんぱく質: 28.9g, 35.6g</p>	<p>14日 どれだて感謝の日... 春キャベツのポトフ</p> <p>赤: ジャム</p> <p>黄: ひめむぎパン</p> <p>緑: たまねぎ、にんじん、キャベツ</p> <p>エネルギー: 小 654kcal, 中 781kcal たんぱく質: 27.7g, 30.2g</p>	<p>15日</p> <p>赤: さわらのからあげ</p> <p>黄: いそあえ</p> <p>緑: こくまいり、さんさいうどん</p> <p>エネルギー: 小 594kcal, 中 751kcal たんぱく質: 26.3g, 32.5g</p>	<p>16日</p> <p>赤: フルーツあえ</p> <p>黄: パン</p> <p>緑: にんじん、しょうが</p> <p>エネルギー: 小 664kcal, 中 828kcal たんぱく質: 28.4g, 34.7g</p>
<p>19日</p> <p>赤: ひじきサラダ</p> <p>黄: もちむぎごはん、カレー(ルー)</p> <p>緑: にんじん、たまねぎ</p> <p>エネルギー: 小 644kcal, 中 837kcal たんぱく質: 23.1g, 29.2g</p>	<p>20日 行事食...入学・進級祝い(松山餅)</p> <p>赤: わかどりのからあげ</p> <p>黄: キャベツのおひたし</p> <p>緑: たまねぎ、しょうが</p> <p>エネルギー: 小 606kcal, 中 769kcal たんぱく質: 25.4g, 31.4g</p>	<p>21日</p> <p>赤: フレンチサラダ</p> <p>黄: チーズパン</p> <p>緑: にんじん、たまねぎ</p> <p>エネルギー: 小 672kcal, 中 835kcal たんぱく質: 28.1g, 33.6g</p>	<p>22日</p> <p>赤: のりのつくねあげ</p> <p>黄: だいごんのすもの</p> <p>緑: にんじん、たまねぎ</p> <p>エネルギー: 小 623kcal, 中 789kcal たんぱく質: 21.2g, 25.8g</p>	<p>23日</p> <p>赤: コーンサラダ</p> <p>黄: こめこパン</p> <p>緑: えのきたけ</p> <p>エネルギー: 小 679kcal, 中 846kcal たんぱく質: 34.2g, 42.5g</p>
<p>26日 味めぐり...佐賀県</p> <p>赤: いかのてんぷら</p> <p>黄: さんしょくあえ</p> <p>緑: りんご、たまねぎ</p> <p>エネルギー: 小 584kcal, 中 754kcal たんぱく質: 25.1g, 31.9g</p>	<p>27日 旬...ひじきのいために</p> <p>赤: ひじきのいために</p> <p>黄: ごはん</p> <p>緑: にんじん、たまねぎ</p> <p>エネルギー: 小 623kcal, 中 827kcal たんぱく質: 23.6g, 32.0g</p>	<p>28日</p> <p>赤: ホキのチリソース</p> <p>黄: パン</p> <p>緑: にんじん、たまねぎ</p> <p>エネルギー: 小 621kcal, 中 772kcal たんぱく質: 25.4g, 31.3g</p>	<p style="font-size: 2em; color: red;">昭和の日</p>	
<p>29日</p> <p>赤: だし巻き</p> <p>黄: だし巻き</p> <p>緑: だし巻き</p>	<p>30日</p> <p>赤: きりぼしだいごんのちゅうかサラダ</p> <p>黄: ごはん</p> <p>緑: にんじん、たまねぎ</p> <p>エネルギー: 小 631kcal, 中 790kcal たんぱく質: 27.4g, 33.0g</p>	<p>31日</p> <p>赤: だし巻き</p> <p>黄: だし巻き</p> <p>緑: だし巻き</p>	<p>9日</p> <p>赤: かいそうサラダ</p> <p>黄: パン</p> <p>緑: キヤベツ</p> <p>エネルギー: 小 671kcal, 中 835kcal たんぱく質: 28.5g, 35.2g</p>	<p>10日</p> <p>赤: だし巻き</p> <p>黄: だし巻き</p> <p>緑: だし巻き</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・九州・鹿児島・宮崎・香川) 豚肉(愛媛) 鶏肉(愛媛) さわら(長崎) ホキ(ニュージーランド) むきえび(インドネシア) いか(中南米) すり身(北海道) 豆腐・あげ(カナダ) 押もち麦(愛媛) じゃがいも(北海道・鹿児島・長崎・愛媛) たまねぎ(北海道・愛媛・松山) パセリ(香川・愛媛・徳島) にんじん(徳島・鹿児島・長崎) ねぎ(香川・愛媛・高知・徳島・熊本) ピーマン(宮崎・高知・熊本・鹿児島) ほうれん草(愛媛・徳島・福岡) こまつな(愛媛・徳島・福岡) しょうが(高知・熊本) 新キャベツ(松山・愛媛・熊本・鹿児島・福岡・愛知) レタス(愛媛・香川・岡山・徳島・兵庫) ごぼう(岡山・宮崎・青森・熊本・鹿児島・北海道) 清見タンゴール(愛媛) カラマンダリン(愛媛) えのき(愛媛・宮崎・長野) しめじ(香川・福岡) 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
どれだて感謝の日…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>