

Month header table with columns: 月曜日, 火曜日, 水曜日, 木曜日, 金曜日

味めぐり【島根県】
今月の味めぐり献立は、『島根県』です。
『へか焼き』は、牛肉や豚肉の代わりに魚介を使って作る、すき焼き風の煮物です。

6日 行事食・・・卒業祝い(赤飯)
愛媛FC応援給食
いそあえ
ひめボークでキャットカツ

7日
チーズ フレンチサラダ
パン
カレースパゲティ

8日
しそひじき
ごまあえ
もちむぎごはん

9日
(中)おいわいデザート
パン
クリームスープ

13日
いかのさらさあげ
ごはん
タイピーエン

14日
ドレッシングサラダ
こめこパン
ピーフシチュー

15日
あまぎづけ
ごはん
あつあげのみそいため

16日 旬...鯛のマリネ
たいのマリネ
アップルパン
やさいスープ

20日
(小)おいわいデザート
もちむぎごはん
おやこどんぶり(ぐ)

21日
さんしょくあえ
ししゃもフライ(2び)
ゆかりごはん
きつねうどん

22日
さんしょくあえ
ししゃもフライ(2び)
ゆかりごはん
きつねうどん

23日
ナムル
パン
ちゅうかいため
きよみタンゴール

1日 味めぐり...島根県
へか焼き
ごはん
かきたまじる

2日
チリコンカン
ひめむぎパン
キャベツとベーコンのスープ
デコボン

3日 行事食...ひなまつり
(ちらし寿司、あられ揚げ)
キャベツのおひたし
のり(愛媛FC)
ホキのあられあげ
ちらしずし
あかだし

4日
ぎゅうにゅう
たまご
あげどうふ
こめ
でんぶん
じゃがいも
あぶら
さとう

5日
赤
黄
緑
エネルギー たんぱく質
小 5.9 kcal 2.3. 9g
中 7.6 kcal 2.9. 2g

6日
ぎゅうにゅう
たまご
あげどうふ
こめ
でんぶん
じゃがいも
あぶら
さとう

牛肉(北海道・愛媛・九州) 豚肉(愛媛) 鶏肉(愛媛) たい(愛媛) ぶり(岩手) ホキ(ニュージーランド) ししゃも(ノルウェー) えび(インドネシア) いか(ペルー・チリ) 豆腐・あげ(カナダ・アメリカ・日本) かまぼこ・魚そうめん(北海道) 大豆(北海道) 小豆(北海道) 押しもち麦(愛媛) じゃがいも(北海道・長崎・鹿児島・愛媛) にんじん(長崎・鹿児島・徳島) たまねぎ(北海道・愛媛) だいこん(長崎・熊本・大分・香川・愛媛・鹿児島・宮崎) きゅうり(愛媛・高知・熊本・宮崎) こまつな(愛媛・福岡・徳島・長崎) ほうれんそう(愛媛・徳島) みつば(大分・高知・徳島) キャベツ(松山・愛媛・愛知・熊本) はくさい(長崎・徳島・愛媛・熊本・大分) 清見タンゴール(愛媛) デコボン(愛媛) えのきたけ(愛媛・宮崎・長野) しめじ(香川・福岡) しいたけ(長野) たけのこ(愛媛) きくらげ(松山) わかめ(宮城・岩手) ひじき(松山) のり(愛媛・香川)

※ (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】
※ エネルギー・たんぱく質の値は、日本食品標準成分表2020年度版(1訂)に基づいて算出しています。
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
※ 月に2回程度みかんジュースがつかます。
※ 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。
松山市の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>