



令和2年1月 予定献立表



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
旬の魚・野菜・果物 しゆん さかな やさいくだもの かに カリフラワー みずな ぼんかん しょうだいこん はくさい はれひめ ごぼう あまくさ ブロッコリー	愛媛県の味めぐり 今月は、愛媛県の味めぐりです。 「しょうゆ飯」は古くから松山地方に伝わる郷土料理です。昔から祭りや祝いごとの日に食べられてきました。 緑のかぶらは、松山地方に伝わる冬の野菜です。収穫した時は中が白く皮が紫色をしていますが、だいたい酢に漬けると緑色に変わるのが特徴です。	8日 いわしのかわりソース いわし おひたし ごはん だいこんのみそしる	9日 旬…花野菜のクリーム煮 はくさい サラダ こめこパン はなやさいのクリームに はれひめ	10日 行事食…正月(くろまめ) せんざんき くろまめ ごまあえ ごはん ぶたじる
13日 せいじんひ 成人の日	14日 ドレッシング サラダ ひめむぎパン ポークビーンズ	15日 パンサンス ごはん かつあげのちゅうかいため	16日 じゃがいもとえびのケチャップいため パン ビーフン じる あまくさ	17日 ししゃものからあげ(小)2び(中)3び そくせきづけ ごはん いそに
20日 ナムル ごはん マーボー豆腐	21日 たらのあまからに パン みそラーメン	22日 きりぼしだいこんとひじきのにも もちむぎごはん ぶたたまごどんぶり(ぐ)	23日 コーン サラダ ことうパン じゃがいものカレーふうみ	24日 味めぐり…愛媛県 ひじきのかきあげ ひのかぶなます しょうゆめし ぎょうそめん じる
27日 たらのピリカラフル オレンジピラフ はくさいとベーコンのスープ	28日 旬…庄大根のサラダ しょうだいこんのサラダ アップルパン ポトフ きなこまめ	29日 のり アーモンド あえ ごこくまい いりごはん にくじゃが	30日 かわり きんぴら パン ちゃんこなべ ポンカン	31日 ひじき サラダ もちむぎごはん エッグカレー(ルウ)

松山市学校給食の今月の食品産地予定

豚肉(愛媛) 鶏肉(愛媛) たら(アメリカ) いわし(北海道) ししゃも(アイスランド) えび(インドネシア) 小煮干(愛媛) 平天(北海道) 豆腐・厚揚げ・油揚げ(カナダ・アメリカ) 大豆(北海道) じゃがいも(北海道) 玉葱(北海道) 人参(長崎) さつま芋(徳島・鹿児島) きゅうり(愛媛・高知・熊本・宮崎) 庄大根(愛媛) ピーマン(宮崎・高知) 白菜(愛媛) キャベツ(愛媛) こまつな(愛媛・徳島) ほうれん草(愛媛・徳島) 春菊(愛媛・福岡) チンゲンサイ(徳島・熊本・福岡) なら(高知) カリフラワー(愛媛・熊本・徳島・岡山・高知) セロリ(福岡・熊本・静岡) ごぼう(北海道・青森) ねぎ(愛媛・高知・香川) しょうが(高知・熊本) パセリ(香川) にんにく(青森) えのきだけ(愛媛・宮崎・熊本) しめじ(香川・福岡) ポンカン(愛媛) はれひめ(愛媛) 天草(愛媛) わかめ(兵庫) 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…旬の食材を活かした献立
 ※ 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>