

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	
<p align="center"><b>あじ ひょう こけん 味めぐり【兵庫県】</b></p> <p>今月の味めぐり献立は、『兵庫県』です。            ズワイガニは、山陰では「松葉ガニ」と呼ばれています。            松葉ガニと呼ばれる理由は、「カニを茹でるとき燃料に松の葉を使ったから」            「カニの身を水につけると松葉のように広がるから」などの説があります。            松葉ガニは、日本海に面した兵庫県の但馬地域の特産品です。            給食では、『かにピラフ』にカニを使用しています。</p> 					
<p>6日</p>  <p>エネルギー たんぱく質            小 595kcal 25.5g            中 765kcal 33.2g</p>	<p>7日</p>  <p>エネルギー たんぱく質            小 623kcal 31.6g            中 796kcal 39.3g</p>	<p>8日</p>  <p>エネルギー たんぱく質            小 597kcal 28.2g            中 750kcal 34.8g</p>	<p>9日</p>  <p>エネルギー たんぱく質            小 573kcal 25.6g            中 736kcal 31.8g</p>	<p>10日</p>  <p>エネルギー たんぱく質            小 575kcal 26.8g            中 730kcal 33.6g</p>	
<p>13日</p>  <p>エネルギー たんぱく質            小 614kcal 23.2g            中 765kcal 27.6g</p>	<p>14日</p>  <p>エネルギー たんぱく質            小 590kcal 19.2g            中 754kcal 23.8g</p>	<p>15日</p>  <p>エネルギー たんぱく質            小 646kcal 31.1g            中 757kcal 37.2g</p>	<p>16日</p>  <p>エネルギー たんぱく質            小 578kcal 28.9g            中 735kcal 36.1g</p>	<p>17日</p>  <p>エネルギー たんぱく質            小 563kcal 29.6g            中 718kcal 38.0g</p>	
<p>20日</p>  <p>エネルギー たんぱく質            小 600kcal 28.9g            中 775kcal 36.7g</p>	<p>21日</p>  <p>エネルギー たんぱく質            小 596kcal 25.1g            中 754kcal 31.2g</p>	<p>22日</p>  <p>エネルギー たんぱく質            小 623kcal 28.8g            中 763kcal 35.2g</p>	<p>23日</p> 	<p>24日</p>  <p>エネルギー たんぱく質            小 582kcal 26.9g            中 741kcal 33.0g</p>	
<p>27日</p>  <p>エネルギー たんぱく質            小 597kcal 24.8g            中 747kcal 30.4g</p>	<p>28日</p>  <p>エネルギー たんぱく質            小 578kcal 24.5g            中 725kcal 28.8g</p>	<p align="center">せつぶん ひまめ 節分の日に豆をまくのはなぜ?</p> <p>節分とは、二十四節気のひとつである立春の前日に鬼を追い払い新年を迎える行事のことをいいます。            節分には、「鬼は外、福は内」と豆をまいて、邪気を祓った後に、年齢の数だけ豆を食べて、1年の幸せを祈るといわれています。</p> 			<p>旬の魚・野菜・果物</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) 豚肉(愛媛) 鶏肉(愛媛) さわら(愛媛) いわし(北海道) 鮭(北海道) さば(日本) ホキ(ニュージーランド) えび(インドネシア) 鯛(愛媛) かに(日本) 豆腐・あげ(カナダ・アメリカ・日本) 平天(北海道) 大豆(北海道) 押もち麦(愛媛) ひじき(松山) じゃがいも(北海道・鹿児島・長崎・愛媛・松山) こまつな(愛媛・福岡・徳島・長崎) キャベツ(松山・愛媛・愛知) チンゲン菜(徳島・福岡・愛媛) 里芋(大分) かぼちゃ(中南米・ニュージーランド) たけのこ(愛媛) ほうれん草(愛媛・徳島) ごぼう(北海道・青森・岡山) いちご(愛媛) いよかん(松山) せとか(愛媛) ゆず(高知) れんこん(徳島) しめじ(香川・福岡) しいたけ(徳島・長崎・栃木・岩手) マッシュルーム(千葉) きくらげ(愛媛) わかめ(宮城・岩手・韓国・徳島) くわがめ(徳島)

※(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年版(八訂)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 ※ 食材の都合で献立を変更することがあります。  
 旬…旬の食材を生かした献立 ※ 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。  
 とれたて感謝の日…松山産の食材を 生かした献立 ※ 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>