

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
-----	-----	-----	-----	-----

ご入学・ご進級
おめでとうございます！

味のめぐり【神奈川県】

今月の味のめぐり献立は、『神奈川県』です。
 神奈川県の郷土料理である『けんちん汁』は、大根やにんじんなどの野菜を油で炒めてから、だし汁を加え煮込む料理です。
 中国の精進料理である「けんちゃん」が日本語になったという説や、鎌倉の建長寺で作られる「建長汁」が「けんちん汁」と呼ばれるようになったという説があります。

旬の魚・野菜・果物

<p>10日</p> <p>しぎょうしき 始業式</p>	<p>11日</p> <p>キャベツのおひたし ちくわのいそべあげ こくまいりごはん わかめうどん</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 573kcal 21.2g 中 716kcal 26.0g</p>	<p>12日</p> <p>ホキのチリソース いちごジャム パン ちゅうかスープ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 607kcal 25.6g 中 754kcal 31.6g</p>	<p>13日</p> <p>(中)なつとう あおなのにびたし ごはん じゃがいものそばろに</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 572kcal 24.0g 中 774kcal 33.3g</p>	<p>14日</p> <p>はるきゃべつのサラダ ひめむぎパン ポークビーンズ カラマンダリン</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 610kcal 28.1g 中 758kcal 34.4g</p>	<p>17日</p> <p>チーズ ホキのピリカラフル チキンピラフ やさいたつぶりスープ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 614kcal 27.7g 中 780kcal 34.9g</p>	<p>18日</p> <p>とれたて感謝の日…磯煮(ひじき) すだちふうみづけ いかのからあげ ごはん いそに</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 585kcal 29.5g 中 747kcal 36.4g</p>	<p>19日</p> <p>カラフルナムル ごさかな ごはん とうふのごもくあんかけ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 563kcal 26.1g 中 712kcal 31.6g</p>	<p>20日</p> <p>いそあえ さばのみぞれに もちむぎごはん はるきゃべつのみそしる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 559kcal 23.6g 中 722kcal 29.4g</p>	<p>21日</p> <p>とれたて感謝の日…春キャベツのポトフ コーンサラダ パン はるきゃべツのポトフ 【小・中】だいずかりんとう</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 568kcal 23.6g 中 712kcal 29.1g</p>	<p>24日</p> <p>ポイルやさい ぶたにくとポテトのオープンやき ごはん ビーフンじる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 558kcal 24.0g 中 724kcal 29.5g</p>	<p>25日</p> <p>行事食…入学・進級お祝い(松山餅) とりにくのからあげ まつやまずし とうふじる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 606kcal 25.9g 中 765kcal 32.4g</p>	<p>26日</p> <p>しょうゆドレッシングサラダ もちむぎごはん カレーライス(ルー)</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 585kcal 20.2g 中 745kcal 24.4g</p>	<p>27日</p> <p>味のめぐり…神奈川県 あまぎづけ たいのてりやき ごはん けんちんじる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 576kcal 26.8g 中 721kcal 32.9g</p>	<p>28日</p> <p>ドレッシングサラダ こくとうパン ミートスパゲティ きよみタンゴール</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 615kcal 27.0g 中 786kcal 33.7g</p>
--	---	--	---	---	---	---	--	--	---	---	--	--	---	--

豚肉(愛媛) 鶏肉(愛媛) さば(岩手) ホキ(オーストラリア) えび(インドネシア) いか(中南米) 豆腐・厚揚げ・あげ(カナダ・アメリカ) かまぼこ・平天(北海道・ロシア・米国) 大豆(北海道・愛知) 昆布(北海道) ひじき(松山) たまねぎ(松山・北海道・愛媛) キャベツ(松山・愛媛・熊本・鹿児島・愛知・徳島) パセリ(香川・愛媛・徳島) じゃがいも(北海道・鹿児島・長崎) こまつな(愛媛・福岡・徳島) チンゲン菜(徳島・福岡・愛媛) たけのこ(愛媛) にんじん(徳島・鹿児島・長崎) ごぼう(岡山・宮崎・青森・熊本・北海道) 白菜(長崎・熊本・大分・徳島) えのきたけ(愛媛・宮崎) エリンギ(香川・福岡・広島) カラマンダリン(愛媛) 清見タンゴール(愛媛・松山) マッシュルーム(千葉) きくらげ(愛媛) わかめ(宮城)

※ (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】

味のめぐり…日本の味のめぐり献立
 旬…旬の食材を生かした献立
 とれたて感謝の日…松山産の食材を生かした献立
 …南調理場独自献立

※ 週に1回程度みかんジュースが付きます。
 ※ 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、不明な点がございましたら、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>
 出典：農林水産省 https://www.maff.go.jp/j/keikaku/syokubunka/k_ryouru/search_menu/index.html
 使用イラスト：株式会社アトム「5訂版食品図鑑」

<松山市HP>