



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 |
|---------------------|--|----------------------|---------------------|--------------------|
| <p>旬の魚・野菜・果物</p> | <p>愛媛県の味めぐり</p> <p>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、だいたい酢に漬けると緑色に変わるのが特徴です。</p> | <p>始業式</p> | <p>行事食…正月(くろまめ)</p> | <p>旬…花野菜のクリーム煮</p> |
| <p>成人の日</p> | <p>いわしのかわりソース</p> | <p>ドレッシングサラダ</p> | <p>ナムル</p> | <p>コーンサラダ</p> |
| <p>ししやものからあげ</p> | <p>ぎゅうにゅう ひらてん ひじき</p> | <p>ぎゅうにゅう(中)のり</p> | <p>きゅうにゅう</p> | <p>ぎゅうにゅう</p> |
| <p>20日</p> | <p>21日</p> | <p>22日</p> | <p>23日</p> | <p>24日</p> |
| <p>27日 味めぐり…愛媛県</p> | <p>28日</p> | <p>29日 旬…庄大根のサラダ</p> | <p>30日</p> | <p>31日</p> |

豚肉(愛媛) 鶏肉(愛媛) たら(アメリカ) いわし(北海道) ししやも(アイランド) 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(愛媛) 玉葱(北海道) 人参(長崎) さつまいも(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>