



# 令和2年4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				
<b>福岡県の味めぐり</b> 今年度も、日本各地の味めぐりです。今月は、福岡県の味めぐりです。「がめ煮」は福岡県の郷土料理です。がめ煮には、鶏肉やれんこん、ごぼう、にんじん、こんにやく、しいたけなど、いろいろな材料が使われます。そのため、博多地方の方言で「寄せ集める」という意味の「がめくりこむ」という言葉から、「がめ煮」という名前がついたといわれています。がめ煮は、正月やお祭り、結婚式などのお祝い事の時に、よく作られます。				
<b>13日 旬…春キャベツのみそ汁</b> えびてん あまぎゆけ ごはん はるキャベツのみそ汁 エネルギー たんぱく質 小 611kcal 21.8g 中 790kcal 27.1g	<b>14日</b> ひじき サラダ パン ミートスパゲティ きよみタンゴール エネルギー たんぱく質 小 642kcal 25.7g 中 806kcal 31.7g	<b>15日 味めぐり…福岡県</b> さわらのたつたあげ こまつなのおひたし ごはん がめに エネルギー たんぱく質 小 635kcal 26.2g 中 804kcal 32.1g	<b>16日 どれだて感謝の日…春キャベツのポトフ</b> かいそうサラダ ひめむぎパン はるキャベツのポトフ だいちかりんとう エネルギー たんぱく質 小 618kcal 24.1g 中 770kcal 29.6g	<b>17日</b> パンサンス のり ごはん あつあげのみそ汁 エネルギー たんぱく質 小 627kcal 25.2g 中 791kcal 30.9g
<b>20日</b> きりぼしだいごんのうまに こざかな もちむぎごはん ちゅうかどんぶり(ぐ) エネルギー たんぱく質 小 631kcal 27.5g 中 819kcal 34.0g	<b>21日</b> ゼリー サラダ こめこパン クリームスープ こにぼしのいそかあげ エネルギー たんぱく質 小 630kcal 25.3g 中 772kcal 31.2g	<b>22日 行事食…入学・進級お祝い(松山餅)</b> わかどりのこうみあげ まつやまし とうふじる エネルギー たんぱく質 小 615kcal 25.2g 中 783kcal 31.0g	<b>23日</b> しょうゆドレッシング サラダ パン ボークビーンズ エネルギー たんぱく質 小 645kcal 27.7g 中 807kcal 34.0g	<b>24日</b> さけのピリカラフル カラマンダリン ごはん さんさいうどん エネルギー たんぱく質 小 620kcal 26.4g 中 788kcal 33.6g
<b>27日</b> いかのごまあげ レモンふうみづけ ごはん いそに エネルギー たんぱく質 小 651kcal 29.1g 中 827kcal 36.0g	<b>28日</b> トマトソースに パン やさいたっぷりスープ ポイルやさい エネルギー たんぱく質 小 601kcal 28.3g 中 750kcal 34.4g	<b>29日</b> しょうわ <b>昭和の日</b> エネルギー たんぱく質 小 671kcal 23.5g 中 852kcal 27.7g	<b>30日</b> フレンチサラダ チーズ むぎごはん カレーライス(ルー) エネルギー たんぱく質 小 671kcal 23.5g 中 852kcal 27.7g	<b>ご入学・ご進級 おめでとうございます</b> 

牛肉(北海道・愛媛・九州) 豚肉(愛媛) 鶏肉(愛媛) さけ(北海道) さわら(愛媛) たい(愛媛) えび(インドネシア) いか(ペルー・チリ) すり身(北海道) 豆腐・厚揚げ(カナダ・アメリカ) 大豆(北海道・愛知) 押しもち麦(愛媛) 青のり(愛媛) のり(三重) キャベツ(愛媛・熊本・松山・鹿児島・愛知) パセリ(香川・愛媛・徳島) レタス(愛媛・香川・徳島・兵庫) じゃがいも(北海道・鹿児島・長崎・愛媛) たまねぎ(北海道・愛媛) にんじん(鹿児島・徳島・長崎) きゅうり(愛媛・高知・宮崎) こまつな(愛媛・福岡・徳島) ごぼう(岡山・北海道・宮崎・青森・熊本) れんこん(佐賀) えのきたけ(愛媛・宮崎・熊本) しいたけ(北海道) きくらげ(愛媛) たけのこ(九州) カラマンダリン(愛媛) 清見タンゴール(愛媛) わかめ(宮城) ひじき(松山) ぜんまい(四国)

※ (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…旬の食材を生かした献立  
 どれだて感謝の日…松山産の食材を生かした献立

※ 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>