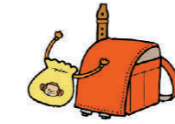




平成31年4月 予定献立表



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	
<p>にゅうがく しんきゅう ご入学・ご進級 おめでとうございます</p>	<p>9日</p> <p>赤 フレンチサラダ 黄 ことう/パン クリームスープ こにぼしのいそかあげ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 617kcal 24.3g 中 773kcal 29.9g</p>	<p>10日 味めぐり…愛媛県</p> <p>赤 ひじきのかきあげ 黄 たいめし さわにわん</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 593kcal 22.8g 中 753kcal 28.2g</p>	<p>11日</p> <p>赤 ホキのピリカラフル 黄 パン もちむぎいり ミネストローネ きよみタンゴール</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 610kcal 26.2g 中 755kcal 32.3g</p>	<p>12日</p> <p>赤 いかのさらさあげ 黄 レモンふうみづけ ごはん いそに</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 608kcal 25.9g 中 769kcal 31.9g</p>	
<p>15日 旬…春キャベツのみぞ汁</p> <p>赤 おこのみてん 黄 ポイルやさい ごはん はるキャベツのみぞ汁</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 594kcal 20.0g 中 752kcal 24.5g</p>	<p>16日</p> <p>赤 じゃがいもとえびのケチャップいため 黄 こめこパン ワンタンスープ きよみタンゴール</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 638kcal 28.3g 中 789kcal 35.1g</p>	<p>17日</p> <p>赤 しそひじき 黄 ちくわのいそべあげ ごはん さんさいうどん</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 598kcal 23.8g 中 751kcal 29.3g</p>	<p>18日 とれたて感謝の日… 春キャベツのポトフ</p> <p>赤 ジャム 黄 ひめむぎパン はるキャベツのポトフ だいずいりこ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 644kcal 24.8g 中 793kcal 30.7g</p>	<p>19日</p> <p>赤 しょうゆドレッシング 黄 じゃがいも さとう あぶら ジャム ごはん カレーライス(ルー)</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 632kcal 21.6g 中 799kcal 26.3g</p>	
<p>22日</p> <p>赤 (中)なつとう 黄 すもの ごはん にくじゃが</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 591kcal 19.5g 中 802kcal 27.8g</p>	<p>23日</p> <p>赤 ひじきサラダ 黄 パン ミートスパゲティ カラマンダリン</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 644kcal 27.0g 中 815kcal 33.6g</p>	<p>24日</p> <p>赤 ホキのころもあげ 黄 チキンピラフ やさいスープ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 604kcal 26.0g 中 770kcal 32.6g</p>	<p>25日</p> <p>赤 かいそうサラダ 黄 パン ポークビーンズ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 641kcal 27.4g 中 797kcal 33.5g</p>	<p>26日 行事食…入学・進級お祝い(松山絆)</p> <p>赤 わかどりのからあげ 黄 はるキャベツのおひたし まつやまずし すましる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 612kcal 25.2g 中 780kcal 31.2g</p>	
<p>29日</p> <p>しょうわ ひ 昭和の日</p>	<p>30日</p> <p>こくみん きゅうじつ 国民の休日</p>	<p>旬の魚・野菜・果物</p> <p>たい 春キャベツ さやえんどう たけのこ わかめ レタス カラマンダリン パセリ</p>			<p>あじ 味めぐり</p> <p>今年度も、日本各地の味めぐりです。 今月は、愛媛県の味めぐりです。 愛媛県は、養殖鯛の生産量日本一です。鯛は、おいしく味のよい魚として親しまれており、愛媛県の魚にもなっています。南予や中予の鯛めし、鯛そうめん、鯛の浜焼きなど、新鮮な鯛が獲れる地域で工夫された郷土料理が数多くあります。</p>

牛肉(北海道・愛媛) 豚肉(愛媛) 鶏肉(愛媛) ホキ(ニュージーランド) たい(愛媛) えび(インドネシア) いか(チリ) たこ(愛媛) 小煮干し(愛媛) すり身・ちくわ(北海道) 豆腐・油揚げ(カナダ・アメリカ) 納豆・大豆(北海道) じゃがいも(北海道・鹿児島) たまねぎ(北海道・愛媛) にんじん(徳島・鹿児島) キャベツ(愛媛・熊本・松山) きゅうり(愛媛・高知) ごぼう(岡山・熊本・北海道) こまつな(愛媛・福岡・徳島) 京ねぎ(愛媛・鳥取・大分) ねぎ(香川・高知・愛媛) セロリ(福岡・熊本) プロッコリー(香川) もやし(愛媛・松山) しょうが(高知・熊本) パセリ(香川・愛媛・徳島) にんにく(青森) しめじ(香川) しいたけ(大分) マッシュルーム(千葉) 清見タンゴール(愛媛) カラマンダリン(愛媛) わかめ(兵庫) 青のり(愛媛) こんぶ(北海道) 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

※ 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>