



令和3年4月 予定献立表



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>旬の魚・野菜・果物</p> <p>たい はるキャベツ 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> </div> <div style="width: 35%; text-align: center;"> <p>佐賀県の味めぐり</p> <p>「だぶ」は、唐津市でお祝いなどの時に、集落の人が共同で作ってきた郷土料理です。一度にたくさん作る汁物で、煮崩れしやすい材料は使わず、水を多く入れて「ざぶざぶ」作ることから、なまって「だぶ」と呼ばれるようになりました。</p> <p>また、佐賀県北西部の港町である呼子という地域では、海の幸がよく獲れます。特に、いろいろな種類の「いか」が年中水揚げされます。天日干しの「いか」は、四季を通じた呼子の風景となっています。</p> </div> <div style="width: 30%;"> </div> </div>				
<p>12日 味めぐり…佐賀県</p> <p>赤 いかのてんぷら たまご 黄 さんしょくあえ 緑 ごはん だぶ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 595kcal 24.8g 中 767kcal 31.6g</p>	<p>13日</p> <p>赤 かいそうサラダ 黄 パン ポークビーンズ 緑 きよみタンゴール</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 671kcal 28.5g 中 832kcal 35.1g</p>	<p>14日 旬…ひじきのいために</p> <p>赤 ひじきのいために 黄 ごはん にくじゃが 緑</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 626kcal 23.7g 中 832kcal 32.2g</p>	<p>15日</p> <p>赤 フルーツあえ 黄 パン とうふのこもくあんかけ 緑 かぼちゃとこぼしのあげに</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 664kcal 28.4g 中 828kcal 34.7g</p>	<p>9日</p> <p>赤 きりぼしだいのちゅうかサラダ 黄 ごはん ぶたにくのみそいため 緑</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 631kcal 27.4g 中 790kcal 33.0g</p>
<p>19日</p> <p>赤 きりぼしだいのちゅうかのも 黄 もちむぎごはん ちゅうかどんぶり(く) 緑</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 610kcal 25.7g 中 783kcal 32.3g</p>	<p>20日</p> <p>赤 イタリアンサラダ 黄 チーズパン ミートスパゲティ 緑</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 657kcal 27.7g 中 817kcal 33.1g</p>	<p>21日</p> <p>赤 ひじきサラダ 黄 もちむぎごはん カレー(ルウ) 緑</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 643kcal 23.2g 中 835kcal 29.3g</p>	<p>22日 どれたて感謝の日…春キャベツのポトフ</p> <p>赤 いちごジャム ドレッシングサラダ 黄 ひめむぎパン はるキャベツのポトフ 緑 だいずかりんとう</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 633kcal 24.6g 中 770kcal 30.0g</p>	<p>16日</p> <p>赤 さわらのころもあげ 黄 いそあえ 緑 ごこくまいりごはん さんさいうどん</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 606kcal 25.4g 中 765kcal 31.5g</p>
<p>26日</p> <p>赤 チーズ ホキのフリッソース 黄 コーンピラフ やさいたつぷりスープ 緑</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 651kcal 29.0g 中 818kcal 36.3g</p>	<p>27日</p> <p>赤 ホキのチリソース 黄 パン ちゅうかスープ 緑 カラマンダリン</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 637kcal 25.7g 中 788kcal 31.6g</p>	<p>28日</p> <p>赤 のりつくだに つくねあげ 黄 ごはん だいこんのすものみそしる 緑</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 622kcal 21.4g 中 789kcal 26.0g</p>	<p>29日</p> <p>赤 だいずたまご 黄 さといも あぶら 緑 ねぎ きゅうり えのきたけ だいこん キャベツ きくらげ たまねぎ にんじん</p> <p style="text-align: center; font-size: 2em; font-weight: bold;">しょうわひ 昭和の日</p>	<p>23日 行事食…入学・進級お祝い(松山鮮)</p> <p>赤 わかどりのからあげ 黄 キャベツのおひたし 緑</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 609kcal 26.0g 中 774kcal 31.9g</p>
<p>30日</p> <p>赤 コーンサラダ 黄 こめパン クリームシチュー 緑 とうりのてりやき</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 682kcal 32.0g 中 848kcal 39.7g</p>	<p>10日</p> <p>赤 ぎゅうにゅう みそあげ豆腐 ぶたにく 黄 さとう だんご 緑 たけのこ きくらげ たまねぎ しいたけ しいたけ しいたけ しいたけ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 631kcal 27.4g 中 790kcal 33.0g</p>	<p>17日</p> <p>赤 ぎゅうにゅう たまご 黄 さとう じゃがいも 緑 れんこん こまつな きょうねぎ にんじん ごぼう しいたけ しょうが キャベツ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 610kcal 25.7g 中 783kcal 32.3g</p>	<p>18日</p> <p>赤 ぎゅうにゅう ぶたにく あげ 黄 こめ じゃがいも もちむぎ でんぶん さとう あぶら 緑 しょうが ねぎ しいたけ キャベツ たまねぎ たけのこ きりぼしだいのちゅうか</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 610kcal 25.7g 中 783kcal 32.3g</p>	<p>24日</p> <p>赤 ぎゅうにゅう とりにく 黄 ひめむぎパン でんぶん じゃがいも いちごジャム あぶら さとう でんぶん さとう くらげ 緑 たまねぎ だいこん にんじん キャベツ セロリ パセリ こまつな きゅうり</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 609kcal 26.0g 中 774kcal 31.9g</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・鹿児島・宮崎・香川) 豚肉(愛媛) 鶏肉(愛媛) さわか(長崎) ホキ(ニュージーランド) むきえび(インドネシア) いか(中南米) すり身(北海道) 豆腐・あげ(カナダ) 押しもち麦(愛媛) じゃがいも(北海道・鹿児島・長崎・愛媛) たまねぎ(北海道・愛媛・松山) パセリ(香川・愛媛・徳島) にんじん(徳島・鹿児島・長崎) ねぎ(香川・愛媛・高知・徳島・熊本) ピーマン(宮崎・高知・熊本・鹿児島) ほうれん草(愛媛・徳島・福岡) こまつな(愛媛・徳島・福岡) しょうが(高知・熊本) 新キャベツ(松山・愛媛・熊本・鹿児島・福岡・愛知) レタス(愛媛・香川・岡山・徳島・兵庫) ごぼう(岡山・宮崎・青森・熊本・鹿児島・北海道) 清見タンゴール(愛媛) カラマンダリン(愛媛) えのき(愛媛・宮崎・長野) しめじ(香川・福岡) 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
 どれたて感謝の日…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>