

# 令和5年 5月 予定献立表

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
<b>1日 行事食…八十八夜(茶飯)</b>  エネルギー たんぱく質 小 561kcal 24.3g 中 718kcal 29.9g	<b>2日</b>  エネルギー たんぱく質 小 564kcal 22.2g 中 725kcal 27.7g	<b>3日</b> けん ぼう き ねん び <b>憲法記念日</b>	<b>4日</b> ひ <b>みどりの日</b>	<b>5日</b> ひ <b>こどもの日</b>
<b>8日</b>  エネルギー たんぱく質 小 580kcal 21.9g 中 737kcal 27.0g	<b>9日</b>  エネルギー たんぱく質 小 615kcal 17.6g 中 782kcal 21.4g	<b>10日 旬…えんどうごはん</b>  エネルギー たんぱく質 小 576kcal 21.7g 中 718kcal 26.9g	<b>11日</b>  エネルギー たんぱく質 小 572kcal 27.1g 中 712kcal 32.6g	<b>12日 旬…ぞう豆のかき揚げ</b>  エネルギー たんぱく質 小 592kcal 21.2g 中 791kcal 29.5g
<b>15日</b>  エネルギー たんぱく質 小 565kcal 24.4g 中 723kcal 29.9g	<b>16日</b>  エネルギー たんぱく質 小 563kcal 24.6g 中 731kcal 30.9g	<b>17日 味めぐり…高知県</b>  エネルギー たんぱく質 小 561kcal 24.4g 中 716kcal 30.3g	<b>18日</b>  エネルギー たんぱく質 小 576kcal 27.3g 中 721kcal 33.8g	<b>19日</b>  エネルギー たんぱく質 小 641kcal 25.2g 中 806kcal 30.9g
<b>22日 とれたて感謝の日…</b> <b>新たまねぎのみぞけ</b>  エネルギー たんぱく質 小 637kcal 25.2g 中 800kcal 30.5g	<b>23日</b>  エネルギー たんぱく質 小 616kcal 30.9g 中 799kcal 39.9g	<b>24日</b>  エネルギー たんぱく質 小 650kcal 26.2g 中 809kcal 31.8g	<b>25日</b>  エネルギー たんぱく質 小 634kcal 34.8g 中 793kcal 43.7g	<b>26日 「りょう」でくばる</b>  エネルギー たんぱく質 小 585kcal 25.4g 中 753kcal 31.6g
<b>29日</b>  エネルギー たんぱく質 小 573kcal 25.4g 中 739kcal 32.1g	<b>30日</b>  エネルギー たんぱく質 小 572kcal 23.3g 中 723kcal 28.2g	<b>31日</b>  エネルギー たんぱく質 小 585kcal 30.0g 中 747kcal 36.9g	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <p><b>旬の魚・野菜・果物</b></p> </div> <div style="width: 45%;"> <p><b>味めぐり【高知県】</b></p> <p>今月の味めぐり献立は、『高知県』です。高知県は、消費量、日本一を誇るかつおの産地で県魚にも指定されています。生姜やゆずの栽培も盛んに行われています。給食では、高知県の特産品を使って『しょうがご飯』『かつおの竜田揚げ』『ゆず風味漬け』にしています。</p> </div> </div>	

松山市学校給食の 今月の主な食品の予定産地

豚肉(愛媛) 鶏肉(愛媛) かつお(長崎) たい(愛媛) いわし(香川) ホキ(ニュージーランド) えび(インドネシア) いか(ペルー) 豆腐(あけ(カナダ・アメリカ) すりみ・平天(北海道) 大豆(北海道) 押もち麦(愛媛) 緑茶(日本・鹿児島) たけのこ(愛媛) れんこん(徳島) じゃがいも(長崎・鹿児島) にんじん(徳島・熊本・長崎) たまねぎ(松山・愛媛・北海道) だいこん(長崎・香川・鹿児島・熊本) こまつな(愛媛・福岡・徳島) なら(高知・宮崎) しょうが(高知・熊本・宮崎・愛媛・長崎) えんどう豆(愛媛・和歌山) そら豆(愛媛・松山) キャベツ(愛媛・愛知・熊本・徳島・大分・香川) ごぼう(岡山・青森・鹿児島・宮崎) 河内晩柑(愛媛) ゆず(高知) えのきたけ(愛媛・宮崎・熊本) しめじ(香川・福岡) しいたけ(愛媛) きくらげ(愛媛) わかめ(宮城・日本) きわかめ(徳島・日本) 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

※ 週に1回程度みかんジュースがつきます。  
 ※ 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、不明な点がありましたら、学校を通して担当調理場にご相談ください。  
 松山市学校給食のホームページ… <http://www.city.matsuyama.ehime.jp/kuurashi/kosodate/kyuusyoku/gakkoukyusyoku.html>

出典：農林水産省 [https://www.maff.go.jp/j/keikaku/syokubunka/k\\_yourui/search\\_menu/index.html](https://www.maff.go.jp/j/keikaku/syokubunka/k_yourui/search_menu/index.html) 使用イラスト：株式会社アドム「5訂版食品図鑑」

