

令和6年2月 予定献立表

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
<p>あじ ふくしまけん 味のめぐり (福島県) ~ こづゆ ひきなおり ~</p> <p>今月の味のめぐり献立は、28日です。 『こづゆ』は、貝柱でだしを取り、里芋、きくらげ、にんじんなどを入れて薄味に仕立てたお吸い物です。会津地方で100年以上前から祭りや祝いの時に食べられている郷土料理です。 『ひきなおり』は、せん切りにした大根やにんじんなどを炒めた料理です。「ひきな」とは、「せん切りにした野菜」を意味する福島県の方言です。</p> 				
<p>5日 オリジナル給食</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 574kcal 22.4g 中 718kcal 27.3g</p>	<p>6日</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 581kcal 23.2g 中 771kcal 29.7g</p>	<p>7日 愛媛FC応援給食 元気が出る！鶏肉のバターしょうゆ</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 612kcal 27.1g 中 779kcal 33.9g</p>	<p>8日 とれたて感謝の日…伊予柑</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 625kcal 29.0g 中 781kcal 35.8g</p>	<p>9日</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 629kcal 30.8g 中 803kcal 38.5g</p>
<p>旬の魚・野菜・果物</p>  <p>ぶり いわし さわら いちご(ハウス) キウイフルーツ いよかん</p>	<p>13日 オリジナル給食</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 653kcal 31.7g 中 822kcal 40.0g</p>	<p>14日</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 553kcal 25.0g 中 753kcal 29.8g</p>	<p>15日</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 589kcal 27.0g 中 738kcal 33.5g</p>	<p>16日 …さわらの竜田揚げ</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 568kcal 25.5g 中 727kcal 31.6g</p>
<p>19日</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 565kcal 31.2g 中 718kcal 39.0g</p>	<p>20日</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 569kcal 20.5g 中 726kcal 25.5g</p>	<p>21日</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 558kcal 18.9g 中 712kcal 23.2g</p>	<p>22日</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 589kcal 25.9g 中 718kcal 31.1g</p>	<p>行事食 (節分)</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 594kcal 29.0g 中 747kcal 35.9g</p>
<p>26日 愛媛FC応援給食 うまさぎ!!びびん!!ビビンパ!</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 595kcal 25.5g 中 775kcal 31.5g</p>	<p>27日</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 556kcal 20.5g 中 706kcal 25.0g</p>	<p>28日 味のめぐり…福島県</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 568kcal 22.7g 中 723kcal 28.0g</p>	<p>29日</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 594kcal 29.0g 中 747kcal 35.9g</p>	

オリジナル給食について 雄新中学校1年生が家庭科の学習で、学校給食の重要性を理解し 2/5(月) おすすめポイント
魅力的で栄養バランスのとれた献立を作成しました。 「みんなは食べた?インド料理!!」 ・インド料理にするために、普段は給食に出ない「ナン」を入れた。
2/13(火) 「栄養満点 愛媛愛 いっぱい給食」 ・6つの基礎食品群すべて使うこと、旬の野菜を使うことを意識して、八幡濱のソウルフードである「チャンポン」にした。

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) 豚肉・鶏肉(愛媛) いわし(千葉) さわか(韓国) さけ(北海道) ホキ(ニュージーランド) めひかり(宮崎) いか(ペルー) えび(インドネシア) ほたて(青森) 豆腐・あげ(カナダ・アメリカ) かまぼこ・平天(北海道・アメリカ) ちくわ(ベトナム) 大豆(北海道)
じゃがいも(北海道・長崎・松山・愛媛) こまつな(愛媛・福岡・茨城・長崎・徳島) キャベツ(松山・愛媛・愛知) きゅうり(愛媛・高知・宮崎) たまねぎ(北海道) にんじん(長崎・鹿児島) だいこん(愛媛・熊本・長崎・鹿児島) はくさい(愛媛・徳島・熊本・長崎・愛知・兵庫) さといも(愛媛)
ほうれんそう(愛媛・徳島) ごぼう(北海道・青森) れんこん(徳島) えのき茸(愛媛・宮崎) しめじ(香川・福岡) いちご(愛媛) 伊予柑(松山・愛媛) はるみ(愛媛) たけのこ(愛媛) しいたけ(三重) きくらげ(愛媛) わかめ(宮城・岩手) くわかめ(徳島) ひじき(松山) のり(香川)

※ (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もとになる食品]
黄 (き) … 黄のグループ [熱や力のもとになる食品]
緑 (みどり) … 緑のグループ [からだの調子を整えるもとになる食品]

味のめぐり…日本の味のめぐり献立
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

※ 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/kurashi/kosodate/kyuusyoku/gakkoukyuusyoku.html> <松山市HP>