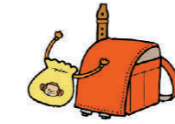




平成31年4月 予定献立表



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 ぎゅうにゅう とりにく わかめ (中)なつとう 黄 じゃがいも あぶら さとう こんにゃく えだまめ にんじん たまねぎ きゅうり キャベツ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 591kcal</td><td>19.5g</td></tr> <tr><td>中 802kcal</td><td>27.8g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 591kcal	19.5g	中 802kcal	27.8g	<p>10日</p> <p>赤 ぎゅうにゅう ベーコン えび 黄 こめ ごまあぶら ワンタン じゃがいも あぶら もやし にんじん キャベツ ねぎ しめじ たまねぎ コーン</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 623kcal</td><td>21.0g</td></tr> <tr><td>中 783kcal</td><td>25.5g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 623kcal	21.0g	中 783kcal	25.5g	<p>11日</p> <p>赤 ぎゅうにゅう たまご チーズ 黄 こめ さとう うどん こむぎこ あぶら ねぎ しいたけ たくあん にんじん キャベツ ぶき わらび えのきたけ なめこ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 598kcal</td><td>23.8g</td></tr> <tr><td>中 751kcal</td><td>29.2g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 598kcal	23.8g	中 751kcal	29.2g	<p>12日</p> <p>赤 ぎゅうにゅう ベーコン たまご ぶたにく だいず わかめ 黄 パン さとう くろざとう ごまあぶら あぶら じゃがいも にんにく にんじん たまねぎ コーン きゅうり キャベツ トマトピューレー</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 688kcal</td><td>30.3g</td></tr> <tr><td>中 858kcal</td><td>37.4g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 688kcal	30.3g	中 858kcal	37.4g						
エネルギー	たんぱく質																																	
小 591kcal	19.5g																																	
中 802kcal	27.8g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 623kcal	21.0g																																	
中 783kcal	25.5g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 598kcal	23.8g																																	
中 751kcal	29.2g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 688kcal	30.3g																																	
中 858kcal	37.4g																																	
<p>15日</p> <p>赤 ぎゅうにゅう とりにく とうにゅう ぶたにく 黄 こめ さとう あぶら じゃがいも 緑 えだまめ にんじん たまねぎ キャベツ きゅうり チンゲンサイ マッシュルーム</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 591kcal</td><td>20.1g</td></tr> <tr><td>中 752kcal</td><td>24.5g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 591kcal	20.1g	中 752kcal	24.5g	<p>16日 久米オリジナル献立</p> <p>赤 ぎゅうにゅう ぶたにく ホキ 黄 こめ あぶら でんぶん ごまあぶら さとう こんにゃく にんじん ピーマン しいたけ タンゴール たけのこ チンゲンサイ にんにく きょうねぎ コーン</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 595kcal</td><td>22.6g</td></tr> <tr><td>中 761kcal</td><td>28.2g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 595kcal	22.6g	中 761kcal	28.2g	<p>17日</p> <p>赤 ぎゅうにゅう ぶたにく わかめ 黄 こめ さとう あぶら じゃがいも くろざとう にんにく にんじん たまねぎ キャベツ こまつな</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 632kcal</td><td>21.6g</td></tr> <tr><td>中 799kcal</td><td>26.3g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 632kcal	21.6g	中 799kcal	26.3g	<p>18日 味めぐり…愛媛県</p> <p>赤 ぎゅうにゅう ひじき にぼし たまご 黄 こめ じゃがいも こむぎこ あぶら 緑 ごぼう たまねぎ しょうが しいたけ にんじん もやし たけのこ ねぎ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 593kcal</td><td>22.8g</td></tr> <tr><td>中 753kcal</td><td>28.2g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 593kcal	22.8g	中 753kcal	28.2g	<p>19日 どれだて感謝の日…春キャベツのポトフ クロスサービスとのコラボメニュー</p> <p>赤 ぎゅうにゅう とりにく だいず あおのり ポークウインナー 黄 パン じゃがいも さとう あぶら 緑 パセリ コーン セロリ キャベツ にんじん たまねぎ きゅうり こまつな</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 621kcal</td><td>26.0g</td></tr> <tr><td>中 774kcal</td><td>32.2g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 621kcal	26.0g	中 774kcal	32.2g
エネルギー	たんぱく質																																	
小 591kcal	20.1g																																	
中 752kcal	24.5g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 595kcal	22.6g																																	
中 761kcal	28.2g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 632kcal	21.6g																																	
中 799kcal	26.3g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 593kcal	22.8g																																	
中 753kcal	28.2g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 621kcal	26.0g																																	
中 774kcal	32.2g																																	
<p>22日</p> <p>赤 ぎゅうにゅう だいず いか 黄 こめ あぶら こんにゃく さとう でんぶん にんじん しょうが きゅうり キャベツ レモン</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 608kcal</td><td>25.9g</td></tr> <tr><td>中 769kcal</td><td>31.9g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 608kcal	25.9g	中 769kcal	31.9g	<p>23日 旬…春キャベツのみぞじ</p> <p>赤 ぎゅうにゅう とうふ たこ あおのり 黄 こめ じゃがいも あぶら こむぎこ 緑 キャベツ にんじん たまねぎ ブロッコリー きゅうり</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 594kcal</td><td>20.0g</td></tr> <tr><td>中 752kcal</td><td>24.5g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 594kcal	20.0g	中 752kcal	24.5g	<p>24日</p> <p>赤 ぎゅうにゅう だいず ぶたにく ひじき 黄 パン あぶら さとう スパゲティ にんじん カラマンダリン ピーマン たまねぎ キャベツ きゅうり コーン マッシュルーム</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 644kcal</td><td>27.0g</td></tr> <tr><td>中 815kcal</td><td>33.6g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 644kcal	27.0g	中 815kcal	33.6g	<p>25日 行事食…入学・進級お祝い(松山) クロスサービスとのコラボメニュー</p> <p>赤 ぎゅうにゅう たい とうふ とりにく 黄 こめ さとう あぶら でんぶん にんじん にんにく キャベツ ごぼう たけのこ しいたけ たまねぎ しめじ ねぎ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 614kcal</td><td>24.9g</td></tr> <tr><td>中 781kcal</td><td>30.9g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 614kcal	24.9g	中 781kcal	30.9g	<p>26日 久米オリジナル献立</p> <p>赤 ぎゅうにゅう ぶたにく ホキ たまご 黄 こめ あぶら じゃがいも こむぎこ 緑 にんじん たまねぎ コーン キャベツ しょうが グリーンピース チンゲンサイ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 619kcal</td><td>27.0g</td></tr> <tr><td>中 789kcal</td><td>33.8g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 619kcal	27.0g	中 789kcal	33.8g
エネルギー	たんぱく質																																	
小 608kcal	25.9g																																	
中 769kcal	31.9g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 594kcal	20.0g																																	
中 752kcal	24.5g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 644kcal	27.0g																																	
中 815kcal	33.6g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 614kcal	24.9g																																	
中 781kcal	30.9g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 619kcal	27.0g																																	
中 789kcal	33.8g																																	
<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>くめちょうりじょう こんだて 久米調理場お楽しみ献立</p> <ul style="list-style-type: none"> … 久米調理場のオリジナル献立 … 愛媛県で獲れた魚を使った献立 … 久米調理場で調理・配送を行っているクロスサービスとのコラボ献立 <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、愛媛県の県魚にもなっています。南予や中予の鯛めし、鯛そうめん、鯛の炭焼きなど、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>																																

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) 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) ブロッコリー(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
 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>