



# 令和2年4月 予定献立表



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
<p><b>旬の魚・野菜・果物</b></p> <p>たい 春キャベツ パセリ さやえんどう わかめ レタス カラマンダリン たけのこ</p>	<p><b>福岡県の味めぐり</b></p> <p>今年度も、日本各地の味めぐりです。今月は、福岡県の味めぐりです。「がめ煮」は福岡県の郷土料理です。がめ煮には、鶏肉やれんこん、ごぼう、にんじん、こんにやく、しいたけなど、いろいろな材料が使われます。そのため、博多地方の方言で「寄せ集める」という意味の「がめくりこむ」という言葉から、「がめ煮」という名前がついたといわれています。がめ煮は、正月やお祭り、結婚式などのお祝い事の時に、よく作られます。</p>	<p><b>味のめぐり…福岡県</b> さわらのたつたあげ</p> <p>ごはん がめに</p>	<p><b>9日</b></p> <p>あげじゃが きんぴら ことうパン とうふのごもくあんかけ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 641kcal 28.3g 中 795kcal 36.0g</p>	<p><b>10日</b></p> <p>いかのごまあげ ごはん いそに</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 651kcal 29.1g 中 827kcal 36.0g</p>
<p><b>13日</b></p> <p>きりぼしだいこんのうまに もちむぎごはん ちゅうかどんぶり(ぐ)</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 631kcal 27.5g 中 819kcal 34.0g</p>	<p><b>14日</b></p> <p>ひじきサラダ パン ミートスパゲティ きよみタンゴール</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 638kcal 25.6g 中 805kcal 31.7g</p>	<p><b>15日</b></p> <p>さわらのたつたあげ ごはん がめに</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 635kcal 26.2g 中 804kcal 32.1g</p>	<p><b>16日</b></p> <p>パンサンスー ごはん あつあけのみそいため</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 627kcal 25.2g 中 791kcal 30.9g</p>	<p><b>17日</b></p> <p>これたて感謝の日… 春キャベツのポトフ</p> <p>ごはん はるキャベツのポトフ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 610kcal 19.5g 中 772kcal 24.5g</p>
<p><b>20日</b></p> <p>あおなのにびたし ごはん にくじゃが</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 607kcal 20.8g 中 811kcal 28.7g</p>	<p><b>21日</b></p> <p>ちくわいのそべあげ ごはん クリームスープ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 640kcal 23.4g 中 810kcal 28.8g</p>	<p><b>22日</b></p> <p>行事食…入学・進級お祝い(松山鮭) とれたてピチピチ魚の日 わかどりのこみあげポイルキャベツ まつやまずし とうふじる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 622kcal 25.7g 中 794kcal 31.8g</p>	<p><b>23日</b></p> <p>しょうゆドレッシングサラダ パン ポークビーンズ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 648kcal 27.8g 中 808kcal 34.0g</p>	<p><b>24日</b></p> <p>さけのピリカラフル ごはん さんさいうどん</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 628kcal 27.1g 中 802kcal 34.6g</p>
<p><b>27日</b></p> <p>旬…春キャベツのみそ汁 とれたてピチピチ魚の日 スライスオリジナル献立 えびてん あまずつけ たいめし はるキャベツのみそしる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 652kcal 28.9g 中 837kcal 36.4g</p>	<p><b>28日</b></p> <p>とりにくのトマトソースに パン やさいたっぷりスープ ポイルやさい</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 599kcal 28.1g 中 745kcal 34.4g</p>	<p><b>29日</b></p> <p>しょうわひ <b>昭和の日</b></p>	<p><b>30日</b></p> <p>フレンチサラダ ごはん カレーライス(ルー)</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 665kcal 22.3g 中 836kcal 26.6g</p>	<p><b>ご入学・ご進級</b> <b>おめでとうございます</b></p>

牛肉(北海道・愛媛・九州) 豚肉(愛媛) 鶏肉(愛媛) さけ(北海道) さわら(愛媛) たい(愛媛) えび(インドネシア) いか(ペルー・チリ) すり身(北海道) 豆腐・厚揚げ(カナダ・アメリカ) 大豆(北海道・愛知) 押しもち麦(愛媛) 青のり(愛媛) のり(三重)  
 キャベツ(愛媛・熊本・松山・鹿児島・愛知) パセリ(香川・愛媛・徳島) レタス(愛媛・香川・徳島・兵庫) じゃがいも(北海道・鹿児島・長崎・愛媛) たまねぎ(北海道・愛媛) にんじん(鹿児島・徳島・長崎) きゅうり(愛媛・高知・宮崎) こまつな(愛媛・福岡・徳島)  
 ごぼう(岡山・北海道・宮崎・青森・熊本) れんこん(佐賀) えのきたけ(愛媛・宮崎・熊本) しいたけ(北海道) きくらげ(愛媛) たけのこ(九州) カラマンダリン(愛媛) 清見タンゴール(愛媛) わかめ(宮城) ひじき(松山) ぜんまい(四国)

※ (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>