



令和元年7月 予定献立表



月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日	
1日 旬...マーボーなす エネルギー たんぱく質 小 619kcal 25.7g 中 785kcal 31.5g	ぎゅうにゅう ぶたにく たまご みそ えび こめ ごまあぶら でんぶん はるさめ さとう あぶら こむぎこ には にんじん たまねぎ なす しょうが きりぼしだいこん きゅうり	2日 G20...アメリカ エネルギー たんぱく質 小 634kcal 26.7g 中 755kcal 31.8g	ぎゅうにゅう とりこく たまご ベーコン わかめ ぶたにく パン じゃがいも いんげんまめ でんぶん さとう パセリ セロリ にんじん たまねぎ にんにく ブロッコリー キャベツ	3日 G20...韓国 エネルギー たんぱく質 小 593kcal 22.6g 中 751kcal 28.2g	ぎゅうにゅう ぶたにく たまご わかめ ベーコン こめ こんにやく むぎ ごまあぶら ごま さとう にんにく えのきたけ しょうが パイナップル にんじん チンゲンサイ きくらげ ぜんまい たまねぎ	4日 エネルギー たんぱく質 小 650kcal 24.5g 中 801kcal 30.5g	ぎゅうにゅう とりこく たまご わかめ だいず パン でんぶん じゃがいも ジャム さとう あぶら くるざとう たまねぎ にんじん しめじ さやいんげん こまつな キャベツ	5日 行事食...七夕 (ぞうめん汁) エネルギー たんぱく質 小 642kcal 22.0g 中 808kcal 26.9g	ぎゅうにゅう たまご とりこく こめ こんにやく はだかむぎ あぶら もちむぎ じゃがいも くるまい でんぶん あかまい さとう みどりまい ゼリー ぞうめん たまねぎ ごぼう にんじん ぶどうジュース しいたけ ねぎ パイナップル ピーマン しょうが
8日 味めぐり...北海道 エネルギー たんぱく質 小 613kcal 24.3g 中 786kcal 30.7g	ぎゅうにゅう とりこく さけ ひよつづる うずらたまご こめ じゃがいも もちごめ でんぶん あぶら さとう えだまめ きくらげ コーン たまねぎ えのきたけ ねぎ ピーマン にんじん	9日 G20...イタリア エネルギー たんぱく質 小 581kcal 21.7g 中 790kcal 29.0g	ぎゅうにゅう ぶたにく (中) ヨーグルト パン あぶら スパゲティ さとう にんにく レモン トマト きゅうり ピーマン キャベツ にんじん コーン なす たまねぎ マッシュルーム	10日 エネルギー たんぱく質 小 661kcal 22.5g 中 827kcal 27.7g	ぎゅうにゅう たちうお えび ぶたにく たまご あげ こめ こむぎこ あぶら にんじん かぼちゃ しょうが ゴーヤ ごぼう オクラ しいたけ もやし たけのこ ねぎ	11日 エネルギー たんぱく質 小 603kcal 23.5g 中 755kcal 29.1g	ぎゅうにゅう とうにゅう たまご ベーコン にぼし あおのり パン じゃがいも あぶら さとう こむぎこ たまねぎ にんじん えだまめ きゅうり みかん みかんジュース キャベツ	12日 G20...インド エネルギー たんぱく質 小 610kcal 22.6g 中 791kcal 29.0g	ぎゅうにゅう とりこく だいず きわかめ こめ さとう もちむぎ あぶら ごまあぶら ごま たまねぎ きゅうり ピーマン トマト セロリ えだまめ にんにく こまつな キャベツ
15日 うみ ひ 海の日	16日 G20...アメリカ エネルギー たんぱく質 小 637kcal 26.8g 中 793kcal 33.3g	17日 どれたて感謝の日...長なす エネルギー たんぱく質 小 631kcal 24.4g 中 785kcal 29.6g	ぎゅうにゅう ペーコン ぶたにく だいず パン あぶら パセリ にんにく エリンギ すいか にんじん たまねぎ こまつな キャベツ トマト	18日 G20...ドイツ エネルギー たんぱく質 小 591kcal 22.0g 中 764kcal 28.1g	ぎゅうにゅう みそ ホキ あげ たまご とうふ のり こめ こむぎこ アーモンド あぶら さとう ねぎ なす たまねぎ こまつな キャベツ	18日 エネルギー たんぱく質 小 591kcal 22.0g 中 764kcal 28.1g	ぎゅうにゅう ウィンナー パン じゃがいも さとう あぶら さやいんげん にんじん たまねぎ きゅうり だいこん キャベツ コーン	19日 エネルギー たんぱく質 小 697kcal 20.6g 中 840kcal 24.3g	ぎゅうにゅう ぎゅうにく チーズ ひじき こめ さとう じゃがいも あぶら くるざとう たまねぎ にんじん にんにく トマトピューレー キャベツ きゅうり コーン



北海道の味めぐり

今月は、北海道の味めぐりです。
 日本の農地面積の約4分の1を占め、肥沃な大地と冷涼な気候に恵まれた北海道では、たくさんの農産物が収穫されます。とうもろこしの生産量は日本一で、甘みが強いことが特徴です。じゃがいもは多くの品種が栽培されており、特に冬の間、冷蔵庫や雪の下で保管されたものは甘く熟成して出まわります。
 また、北海道は水産王国といわれるほど漁業が盛んで、鮭の水揚げ量は日本一です。鮭は、捨てる場所がない魚といわれており、身はちゃんちゃん焼き、石狩鍋などのさまざまな料理に使われ、卵はイクラ加工して食べられます。

G20愛媛・松山労働雇用大臣会合が 開催されます!

9月1日、2日にG20各国の労働雇用担当大臣が松山市に集まり、世界の人がよりよく働ける社会になるように議論します。
 この会合に先駆け、今月の給食に参加国の中から5つの国の料理が登場します。

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) たちうお(愛媛) ししゃも(アイスランド) えび(インドネシア) さけ(北海道) ホキ(ニュージーランド) 豆腐・油揚げ(カナダ・アメリカ) 平天(北海道) 枝豆(北海道) じゃがいも(長崎・北海道・青森) こまつな(愛媛・福岡・茨城) かぼちゃ(メキシコ・宮崎・愛媛・岡山・鹿児島) トマト(愛媛・熊本・高知・香川) ミニトマト(愛媛・宮崎・熊本・長崎・徳島) にんじん(青森) ピーマン(宮崎・愛媛・高知) キャベツ(群馬・長野・愛知・愛媛・熊本) きゅうり(愛媛・高知・宮崎・熊本・北海道) なす(愛媛・熊本) すいか(愛媛・鳥取・石川) とうもろこし(北海道) ゴーヤ(大分) オクラ(佐賀) えのき茸(愛媛・宮崎・長野) しめじ(香川) エリンギ(香川) きくらげ(愛媛) マッシュルーム(干葉) しいたけ(北海道) わかめ(宮城)

※ (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。
 ※ 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。
 ※ 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>