



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																														
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 20%;"> <p>旬の魚・野菜・果物</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> </div> <div style="width: 40%; text-align: center;"> <p>福岡県の味めぐり</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> </div> <div style="width: 20%; text-align: right;"> <p>9日</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> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 641kcal</td><td>28.3g</td></tr> <tr><td>中 795kcal</td><td>36.0g</td></tr> </table> </div> </div>					エネルギー	たんぱく質	小 641kcal	28.3g	中 795kcal	36.0g																								
エネルギー	たんぱく質																																	
小 641kcal	28.3g																																	
中 795kcal	36.0g																																	
<p>13日 旬…春キャベツのみそ汁</p> <p>あげじゃがいも さとう でんぶ (中)クレープ ねぎ にんじん キャベツ グリーンピース きゅうり だいこん</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 611kcal</td><td>21.8g</td></tr> <tr><td>中 885kcal</td><td>28.3g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 611kcal	21.8g	中 885kcal	28.3g	<p>14日</p> <p>きよみタンゴール わかどりのあまからに ごはん やさしいつばりスープ</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>24.6g</td></tr> <tr><td>中 812kcal</td><td>30.1g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 644kcal	24.6g	中 812kcal	30.1g	<p>15日 味めぐり…福岡県</p> <p>さわらのたつたあげ ごまつのおひたし ごはん がめに</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 635kcal</td><td>26.2g</td></tr> <tr><td>中 804kcal</td><td>32.1g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 635kcal	26.2g	中 804kcal	32.1g	<p>16日 どれたて感謝の日…春キャベツのポトフ</p> <p>かいそうサラダ ひめむぎパン はるキャベツのポトフ だいきりんと</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 602kcal</td><td>24.7g</td></tr> <tr><td>中 756kcal</td><td>30.8g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 602kcal	24.7g	中 756kcal	30.8g	<p>17日</p> <p>パンサンス のり ごはん あつあげのみそいため</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 627kcal</td><td>25.2g</td></tr> <tr><td>中 791kcal</td><td>30.9g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 627kcal	25.2g	中 791kcal	30.9g
エネルギー	たんぱく質																																	
小 611kcal	21.8g																																	
中 885kcal	28.3g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 644kcal	24.6g																																	
中 812kcal	30.1g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 635kcal	26.2g																																	
中 804kcal	32.1g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 602kcal	24.7g																																	
中 756kcal	30.8g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 627kcal	25.2g																																	
中 791kcal	30.9g																																	
<p>20日</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> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 613kcal</td><td>25.0g</td></tr> <tr><td>中 801kcal</td><td>31.5g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 613kcal	25.0g	中 801kcal	31.5g	<p>21日</p> <p>コロンサラダ チキンパフ クリームスープ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 596kcal</td><td>21.4g</td></tr> <tr><td>中 752kcal</td><td>25.6g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 596kcal	21.4g	中 752kcal	25.6g	<p>22日</p> <p>いかのからあげ レモンふうみづけ ごはん いそに</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 639kcal</td><td>28.7g</td></tr> <tr><td>中 811kcal</td><td>35.5g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 639kcal	28.7g	中 811kcal	35.5g	<p>23日</p> <p>いちごゼリー しょうゆドレッシングサラダ パン ポークビーンズ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 684kcal</td><td>27.7g</td></tr> <tr><td>中 846kcal</td><td>34.0g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 684kcal	27.7g	中 846kcal	34.0g	<p>24日</p> <p>さけのピリカラフル カラマンダリン ごはん さんさいうどん</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 620kcal</td><td>26.4g</td></tr> <tr><td>中 789kcal</td><td>33.6g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 620kcal	26.4g	中 789kcal	33.6g
エネルギー	たんぱく質																																	
小 613kcal	25.0g																																	
中 801kcal	31.5g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 596kcal	21.4g																																	
中 752kcal	25.6g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 639kcal	28.7g																																	
中 811kcal	35.5g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 684kcal	27.7g																																	
中 846kcal	34.0g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 620kcal	26.4g																																	
中 789kcal	33.6g																																	
<p>27日 行事食…入学・進級祝い(松山産)</p> <p>わかどりのこうみあげ ポイルキャベツ まつやまずし とうふじる</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 625kcal</td><td>25.8g</td></tr> <tr><td>中 797kcal</td><td>31.8g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 625kcal	25.8g	中 797kcal	31.8g	<p>28日</p> <p>ひじきサラダ パン ミートスパゲティ こぼしのいそかけ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 646kcal</td><td>27.5g</td></tr> <tr><td>中 820kcal</td><td>34.3g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 646kcal	27.5g	中 820kcal	34.3g	<p>しょうわ ひ</p> <h2>昭和の日</h2>			<p>30日</p> <p>フレンチサラダ チーズ むぎごはん カレーライス(ルー)</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 671kcal</td><td>22.6g</td></tr> <tr><td>中 853kcal</td><td>27.7g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 671kcal	22.6g	中 853kcal	27.7g											
エネルギー	たんぱく質																																	
小 625kcal	25.8g																																	
中 797kcal	31.8g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 646kcal	27.5g																																	
中 820kcal	34.3g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 671kcal	22.6g																																	
中 853kcal	27.7g																																	

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



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(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(松山) 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】
 ☺ … 松山とれたて食品を使った料理(食材は空白にしています)

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
☺ … 三津浜独自献立の日

※ 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>