



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 えびのいそかあげ きりぼしだいこんのちゅうかサラダ ごはん マーボーなす エネルギー たんぱく質 小 619kcal 25.7g 中 785kcal 31.5g		2日 ゼリー しょうゆドレッシング サラダ だいたい ごはん じゃがいものカレーふうみ エネルギー たんぱく質 小 648kcal 21.9g 中 822kcal 27.5g		3日 G20...韓国 れいどうパイン frozen pineapple ビビンバ(く) bibimbap フローズンパイナップル むぎごはん barley rice パーリライス たまごスープ エネルギー たんぱく質 小 593kcal 22.6g 中 751kcal 28.2g		4日 G20...アメリカ チリコンカン chili con carne パン bread/ブレッド すいか watermelon ウォーターメロン キャベツとベーコンのスープ キバシアン/ベーコンスープ エネルギー たんぱく質 小 629kcal 26.6g 中 783kcal 33.0g		5日 行事食...七夕(とうもろこし) わかどりのあまからに ごこまいいりごはん そうめんじる エネルギー たんぱく質 小 655kcal 22.6g 中 803kcal 27.2g		6日 ぎゅうにゅう たまご ぶたにく あおりの みそ えび こめ ごまあぶらはさめ でんぶん さとう さとう あぶら あぶら こむぎこ たらに 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		7日 ぎゅうにゅう さけ とりにく 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	
8日 味めぐり...北海道 さけとじゃがいものやさいあんかけ とうもろこしおこわ すましじる エネルギー たんぱく質 小 612kcal 24.2g 中 780kcal 30.3g		9日 G20...イタリア のむヨーグルト yogurt drink イタリアンサラダ Italian salad ヨーグルトドリンク パン bread/ブレッド なつやすみのスパゲティ summer vegetable spaghetti サマーベジタブルスパゲティ エネルギー たんぱく質 小 633kcal 23.5g 中 790kcal 29.0g		10日 なつやすみのかきあげ たちうおめし さわにわん エネルギー たんぱく質 小 664kcal 23.0g 中 831kcal 28.4g		11日 とれたて感謝の日...長なす ホキのアーモンドあげ いそあえ ごはん なすのみそしる エネルギー たんぱく質 小 631kcal 24.4g 中 785kcal 29.6g		12日 G20...インド トマト tomato きわかめのサラダ seaweed salad シーフードサラダ もちむぎごはん キーマカレー(ルー) keema curry キーマカレー エネルギー たんぱく質 小 608kcal 22.5g 中 790kcal 28.8g		13日 ぎゅうにゅう みそ ホキ あげ たまご とうふ のり こめ さとう 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		14日 ぎゅうにゅう とりにく たまご ベーコン 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	
15日 うみひの海の日 たこ とうもろこし ゴーヤ ピーマン トマト えだまめ かぼちゃ きゅうり うなぎ		16日 G20...アメリカ ハンバーグ hamburger steak ハンバーガーステーキ パーガーパン(ひめむぎパン) bun/パン やさいたっぷりスープ vegetable soup ベジタブルスープ ボイルやさい boiled vegetable ホイルベジタブル エネルギー たんぱく質 小 634kcal 26.7g 中 755kcal 31.8g		17日 ホキのカレーあげ フレンチサラダ チキンピラフ えだまめスープ エネルギー たんぱく質 小 632kcal 25.0g 中 804kcal 31.2g		18日 G20...ドイツ ドレッシングサラダ ひめむぎパン barley bread salad/サラダ パーリブレッド じゃがいもとソーセージのにこみ コーン corn potato and sausage stew ホットアツ/ソーセージスタック エネルギー たんぱく質 小 591kcal 22.0g 中 764kcal 28.1g		19日 ししゃものからあげ 小2び 中3び すもの ごはん いそに エネルギー たんぱく質 小 620kcal 25.0g 中 804kcal 31.9g		20日 ぎゅうにゅう ひらてん ひじき あげ だいたい とりにく かつししゃも(かぶり) こめ こむぎこ さとう でんぶん こんにやく あぶら にんじん きゅうり だいこん			



ほっかいどう あじ
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。

じーとうえんていー えひめ まつやま ろうどう こやう だいにん かいごう
G20愛媛・松山労働雇用大臣会合が
開催されます！

がつついたち あつか じーとうえんていー かっく ちやうどう こやう たんとだいにん まつやまし あつ
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、世界の人々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
 ※ 地産地消に取り組んでいます。今月も「たまねぎ」が北条産です。