



令和2年2月 予定献立表



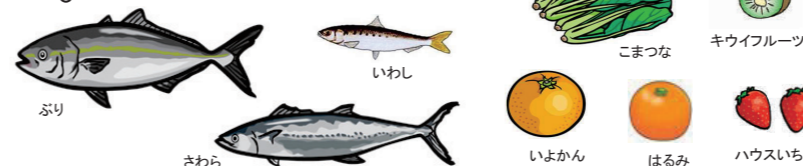
月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
<p>3日 行事食…節分 (いわしのかばやき風、節分豆)</p> <p>いわしのかばやきふう せつぶんまめ</p> <p>キャベツのおひたし</p> <p>ごはん けんちんじる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 602kcal 25.3g 中 768kcal 31.4g</p>	<p>4日</p> <p>カラフルナムル ヨーグルト</p> <p>キムチごはん たまごスープ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 605kcal 23.5g 中 772kcal 28.4g</p>	<p>5日</p> <p>たらのねぎソース ひじきごはん ほうさいのみそしる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 615kcal 26.2g 中 777kcal 32.5g</p>	<p>6日</p> <p>フレンチサラダ みかんパン クリームシチュー だいずいりこ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 626kcal 26.0g 中 781kcal 31.9g</p>	<p>7日 味めぐり…秋田県</p> <p>さけとくろみのあおなえ なつとう</p> <p>ごはん いものこじる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 620kcal 26.1g 中 771kcal 31.1g</p>
<p>10日</p> <p>パンサンスー はるみ</p> <p>ごはん みそチゲ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 605kcal 21.9g 中 837kcal 26.7g</p>	<p>11日</p> <p>けんこくきねん ひ 建国記念の日</p> <p>とうふのかわりあげ パン りんごのきんとん</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 655kcal 22.9g 中 831kcal 28.7g</p>	<p>12日</p> <p>とうふのかわりあげ パン りんごのきんとん</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 655kcal 22.9g 中 831kcal 28.7g</p>	<p>13日 我が家の献立 優秀作品</p> <p>たまらんからあげ いそあえ</p> <p>ごはん みそしる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 631kcal 25.6g 中 799kcal 31.7g</p>	<p>14日</p> <p>かいそうサラダ もちむぎごはん ハヤシライス(ルー)</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 626kcal 21.3g 中 814kcal 27.0g</p>
<p>17日</p> <p>ぶたにくのアーモンドあげ ポイルキャベツ</p> <p>えびピラフ やさいスープ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 617kcal 26.3g 中 786kcal 33.3g</p>	<p>18日 とれたて感謝の日…いわかん</p> <p>きりぼしだいこんのいよかん むぎごはん おやこどんぶり(く)</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 602kcal 24.6g 中 772kcal 31.3g</p>	<p>19日</p> <p>ナムル ござかな</p> <p>ごはん あつあげのみそいため</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 639kcal 27.0g 中 803kcal 32.8g</p>	<p>20日</p> <p>たまごやき ごますあえ</p> <p>ごはん じゃがいものそばろぼ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 628kcal 24.3g 中 777kcal 28.3g</p>	<p>21日</p> <p>たらのチリソース フルーツパン しおラーメン</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 607kcal 26.2g 中 783kcal 33.4g</p>
<p>24日</p> <p>ふりかえきゅうじつ 振替休日</p>	<p>25日 旬…さわらのてりやき</p> <p>さわらのてりやき ゆずふうみづけ</p> <p>ごはん いそに</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 614kcal 29.6g 中 775kcal 36.6g</p>	<p>26日 「りょう」でくぼる</p> <p>こいわしのからあげ おひたし</p> <p>わかめごはん にくうどん</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 580kcal 22.3g 中 750kcal 28.6g</p>	<p>27日</p> <p>きわかめのサラダ パン カレービーンズ いちご</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 665kcal 27.3g 中 829kcal 33.9g</p>	<p>28日</p> <p>かきあげ なます</p> <p>ごはん とうふのごもくあんかけ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 619kcal 27.2g 中 785kcal 25.6g</p>

秋田県の味めぐり

今日は、秋田県の味めぐりです。
「いものこ汁」は、秋田県の郷土料理です。秋田県では秋の実りの時期になると、仲間同士で集まっていものこ汁を作って食べる「いものこ会」と呼ばれる風習があるそうです。「いものこ」とは、里芋のことをいい、いものこ汁は里芋を主役に、鶏肉、旬の野菜、いろいろな種類のきのこなどが入った具沢山の汁ものです。味付けは、みそ味やしょうゆ味が多く、地域や家庭によって違うそうです。
また、秋田県は納豆の発祥地ともいわれ、昔は納豆を各家庭で作っていたそうです。納豆が入った具沢山の汁「納豆汁」も秋田県の郷土料理です。



旬の魚・野菜・果物



学校給食で食べたい我が家の献立 桑原調理場の優秀作品 決定!



たくさんのご応募ありがとうございました。桑原調理場の最優秀献立は、拓南中学校から応募のあった「たまらんからあげ」に決定いたしました。給食では13日に実施します。お楽しみに!

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・宮崎・鹿児島) 豚肉(愛媛) 鶏肉(愛媛) たら(アメリカ) えび(インドネシア) さわら(愛媛) さけ(北海道) いわし(千葉・愛媛) すり身・平天(北海道) 豆腐・あげ(カナダ・アメリカ) 大豆(北海道) 押もち麦(愛媛) じゃがいも(北海道・長崎・鹿児島・愛媛) さつまいも(徳島・熊本・千葉) こまつな(愛媛・福岡・徳島) たまねぎ(北海道・愛媛) にんじん(長崎・鹿児島) キャベツ(愛媛・愛知) きゅうり(愛媛・高知・宮崎) ブロッコリー(愛媛・香川・徳島) だいこん(熊本・長崎・愛媛・鹿児島・徳島) ごぼう(北海道・青森・岡山) 庄大根(松山) ほうれん草(愛媛・徳島) 白菜(愛媛・熊本・徳島・鳥取・長崎・兵庫) 里芋(九州) れんこん(徳島) しめじ(香川) まいたけ(福岡・香川) しいたけ(大分) たけのこ(愛媛) きくらげ(愛媛) りんご(青森) 伊予柑(松山) はるみ(愛媛) わかめ・茎わかめ(徳島) 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
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>
※ 地産地消に取り組んでいます。今月から「キャベツ」が北条産です。