

給食では、地域でとれた野菜や果物を取り入れるようにしています。新玉調理場では、4月～7月まで北東地区でとれた「たまねぎ」を使用する予定です。献立表に「たまねぎ」と表示しています。



# 平成31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>ご入学・ご進級</b> おめでとうございます</p>	<p><b>9日</b></p> <p>赤: ぎゅうにゅう とりにく ベーコン</p> <p>黄: パン くるぎとう あぶら じゃがいも さとう</p> <p>緑: えだまめ にんじん <b>たまねぎ</b> キャベツ きゅうり</p> <p>フレンチサラダ、ことうパン、クリームスープ、フライドポテト</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>22.0g</td></tr> <tr><td>中 793kcal</td><td>26.6g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 635kcal	22.0g	中 793kcal	26.6g	<p><b>10日</b></p> <p>赤: ぎゅうにゅう とりにく わかめ</p> <p>黄: こめ じゃがいも あぶら さとう こんにやく</p> <p>緑: えだまめ にんじん <b>たまねぎ</b> きゅうり キャベツ</p> <p>すもの、ごはん、にくじゃが</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>21.6g</td></tr> <tr><td>中 779kcal</td><td>27.9g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 602kcal	21.6g	中 779kcal	27.9g	<p><b>11日</b></p> <p>赤: きよみタンゴール</p> <p>黄: ホキの ピリカラフル</p> <p>緑: ごはん、もちむぎいり ミネストローネ</p> <p>きよみタンゴール、ホキのピリカラフル、ごはん、もちむぎいり ミネストローネ</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>23.0g</td></tr> <tr><td>中 810kcal</td><td>28.1g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 641kcal	23.0g	中 810kcal	28.1g	<p><b>12日</b></p> <p>赤: ぎゅうにゅう あげ とりにく だいず</p> <p>黄: こめ じゃがいも あぶら さとう</p> <p>緑: セロリ キャベツ にんじん <b>たまねぎ</b> にんにく きょうねぎ コーン</p> <p>いかのさらさあげ、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 610kcal</td><td>26.0g</td></tr> <tr><td>中 781kcal</td><td>32.7g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 610kcal	26.0g	中 781kcal	32.7g						
エネルギー	たんぱく質																																	
小 635kcal	22.0g																																	
中 793kcal	26.6g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 602kcal	21.6g																																	
中 779kcal	27.9g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 641kcal	23.0g																																	
中 810kcal	28.1g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 610kcal	26.0g																																	
中 781kcal	32.7g																																	
<p><b>15日</b></p> <p>赤: しょうゆドレッシング サラダ</p> <p>黄: もちむぎ ごはん、カレーライス(ルウ)</p> <p>緑: にんにく にんじん <b>たまねぎ</b> キャベツ こまつな</p> <p>しょうゆドレッシング サラダ、もちむぎ ごはん、カレーライス(ルウ)</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 619kcal</td><td>19.3g</td></tr> <tr><td>中 782kcal</td><td>23.4g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 619kcal	19.3g	中 782kcal	23.4g	<p><b>16日</b></p> <p>赤: きよみタンゴール</p> <p>黄: じゃがいもとえびの ケチャップいため</p> <p>緑: ごはん、ワンタン スープ</p> <p>きよみタンゴール、じゃがいもとえびのケチャップいため、ごはん、ワンタン 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 639kcal</td><td>20.9g</td></tr> <tr><td>中 805kcal</td><td>25.3g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 639kcal	20.9g	中 805kcal	25.3g	<p><b>17日</b></p> <p>赤: ぎゅうにゅう あげ とりにく あおりの チーズ</p> <p>黄: さとう ちくわ</p> <p>緑: ねぎ しめじ にんじん ふき わらび えのきだけ なめこ</p> <p>チーズ、ちくわのいそべあげ そくせきづけ、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 600kcal</td><td>23.5g</td></tr> <tr><td>中 755kcal</td><td>28.9g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 600kcal	23.5g	中 755kcal	28.9g	<p><b>18日</b> <b>とれたて感謝の日…</b> <b>春キャベツのポトフ</b></p> <p>赤: ジャム</p> <p>黄: ひめむぎパン</p> <p>緑: だいずいりこ</p> <p>ジャム、ひめむぎパン、はるキャベツのポトフ、だいずいりこ</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>24.8g</td></tr> <tr><td>中 793kcal</td><td>30.7g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 644kcal	24.8g	中 793kcal	30.7g	<p><b>19日</b> <b>味めぐり…愛媛県</b></p> <p>赤: ぎゅうにゅう たい ぶたにく ひじき</p> <p>黄: こめ じゃがいも こむぎこ あぶら</p> <p>緑: ごぼう <b>たまねぎ</b> しょうが しいたけ にんじん もやし たけのこ ねぎ</p> <p>ひじきの かきあげ、たいめし、さわにわん</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>22.5g</td></tr> <tr><td>中 760kcal</td><td>28.0g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 596kcal	22.5g	中 760kcal	28.0g
エネルギー	たんぱく質																																	
小 619kcal	19.3g																																	
中 782kcal	23.4g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 639kcal	20.9g																																	
中 805kcal	25.3g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 600kcal	23.5g																																	
中 755kcal	28.9g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 644kcal	24.8g																																	
中 793kcal	30.7g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 596kcal	22.5g																																	
中 760kcal	28.0g																																	
<p><b>22日</b> <b>旬…春キャベツのみそ汁</b></p> <p>赤: ぎゅうにゅう みそ とうふ あげ すりみ たこ あおりの</p> <p>黄: こめ じゃがいも さとう</p> <p>緑: キャベツ にんじん <b>たまねぎ</b> ブロッコリー きゅうり</p> <p>つくねあげ、ポイルやさい、ごはん、はるキャベツのみそ汁</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 609kcal</td><td>20.8g</td></tr> <tr><td>中 773kcal</td><td>25.5g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 609kcal	20.8g	中 773kcal	25.5g	<p><b>23日</b></p> <p>赤: ひじき サラダ</p> <p>黄: パン</p> <p>緑: にんじん ビーマン <b>たまねぎ</b> キャベツ きゅうり コーン マッシュルーム</p> <p>ひじき サラダ、パン、ミートスパゲティ、カラマンダリン</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>26.8g</td></tr> <tr><td>中 810kcal</td><td>33.3g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 639kcal	26.8g	中 810kcal	33.3g	<p><b>24日</b></p> <p>赤: ホキの ころもあげ</p> <p>黄: チキンピラフ</p> <p>緑: にんじん <b>たまねぎ</b> えだまめ キャベツ しょうが マッシュルーム</p> <p>ホキのころもあげ、チキンピラフ、やさいスープ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 604kcal</td><td>26.0g</td></tr> <tr><td>中 770kcal</td><td>32.6g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 604kcal	26.0g	中 770kcal	32.6g	<p><b>25日</b></p> <p>赤: ぎゅうにゅう とりにく ベーコン たまご</p> <p>黄: こめ あぶら じゃがいも こむぎこ</p> <p>緑: にんにく にんじん <b>たまねぎ</b> えだまめ キャベツ しょうが マッシュルーム</p> <p>かいそう サラダ、ごはん、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 640kcal</td><td>23.5g</td></tr> <tr><td>中 809kcal</td><td>28.5g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 640kcal	23.5g	中 809kcal	28.5g	<p><b>26日</b> <b>行事食…入学・進級祝い(松山県)</b></p> <p>赤: ぎゅうにゅう たい とうふ とりにく</p> <p>黄: こめ さとう あぶら でんぶ</p> <p>緑: にんじん しょうが ごぼう たけのこ しいたけ <b>たまねぎ</b> しめじ ねぎ</p> <p>わかどりのからあげ、はるキャベツのおひたし、まつやまずし、すましじる</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 614kcal</td><td>25.2g</td></tr> <tr><td>中 782kcal</td><td>31.2g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 614kcal	25.2g	中 782kcal	31.2g
エネルギー	たんぱく質																																	
小 609kcal	20.8g																																	
中 773kcal	25.5g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 639kcal	26.8g																																	
中 810kcal	33.3g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 604kcal	26.0g																																	
中 770kcal	32.6g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 640kcal	23.5g																																	
中 809kcal	28.5g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 614kcal	25.2g																																	
中 782kcal	31.2g																																	
<p><b>29日</b></p> <p><b>しょうわ ひ</b> <b>昭和の日</b></p>	<p><b>こくみん きゅうじつ</b> <b>国民の休日</b></p>	<p><b>旬の魚・野菜・果物</b></p> <p>たい、春キャベツ、さやえんどう、たけのこ、わかめ、レタス、カラマンダリン、パセリ</p>																																

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) 豚肉(愛媛) 鶏肉(愛媛) ホキ(ニュージーランド) たい(愛媛) えび(インドネシア) いか(チリ) たこ(愛媛) 小煮干し(愛媛) すり身・ちくわ(北海道) 豆腐・油揚げ(カナダ・アメリカ) 納豆・大豆(北海道) じゃがいも(北海道・鹿児島) たまねぎ(北海道・愛媛) にんじん(徳島・鹿児島) キャベツ(愛媛・熊本・松山) きゅうり(愛媛・高知) ごぼう(岡山・熊本・北海道) こまつな(愛媛・福岡・徳島) 京ねぎ(愛媛・鳥取・大分) ねぎ(香川・高知・愛媛) セロリ(福岡・熊本) ブロッコリー(香川) もやし(愛媛・松山) しょうが(高知・熊本) パセリ(香川・愛媛・徳島) にんにく(青森) しめじ(香川) しいたけ(大分) マッシュルーム(千葉) 清見タンゴール(愛媛) カラマンダリン(愛媛) わかめ(兵庫) 青のり(愛媛) こんぶ(北海道) 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>