

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
-----	-----	-----	-----	-----

ご入学・ご進級  
おめでとうございます！

**味のめぐり【神奈川県】**

今月の味のめぐり献立は、『神奈川県』です。  
 神奈川県の郷土料理である『けんちん汁』は、大根やにんじんなどの野菜を油で炒めてから、だし汁を加え煮込む料理です。  
 中国の精進料理である「けんちゃん」が日本語になったという説や、鎌倉の建長寺で作られる「建長汁」が「けんちん汁」と呼ばれるようになったという説があります。

**旬の魚・野菜・果物**

<p><b>10日</b></p> <p>しきょう しき 始業式</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 613kcal 26.2g 中 762kcal 32.4g</p>	<p><b>11日</b></p> <p>赤 ホキの天日ソース 黄 パン 緑 ちゅうかスープ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 613kcal 26.2g 中 762kcal 32.4g</p>	<p><b>12日</b></p> <p>赤 (中)なつとう 黄 あおなのにびたし 緑 もちむぎごはん</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 571kcal 24.2g 中 772kcal 33.6g</p>	<p><b>13日</b></p> <p>赤 ドレッシングサラダ 黄 ひめむぎパン 緑 ミートスパゲティ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 591kcal 26.4g 中 748kcal 32.8g</p>	<p><b>14日</b> とれたて感謝の日…雑煮</p> <p>赤 ずだちふうみづけ 黄 いかのからあげ 緑 ごはん</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 577kcal 28.7g 中 736kcal 35.2g</p>
<p><b>17日</b> 味のめぐり…神奈川県</p> <p>赤 あまぎづけ 黄 ぶたにくのカレーあげ 緑 ごはん</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 568kcal 25.2g 中 737kcal 32.2g</p>	<p><b>18日</b></p> <p>赤 カラフルナムル 黄 こくとうパン 緑 とうふのごもあんかけ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 601kcal 29.4g 中 760kcal 37.3g</p>	<p><b>19日</b></p> <p>赤 しそひじきあえ 黄 さばのみぞれに 緑 ごはん</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 597kcal 23.7g 中 757kcal 29.4g</p>	<p><b>20日</b> とれたて感謝の日…春キャベツのポトフ</p> <p>赤 ござかな 黄 コーンサラダ 緑 ごはん</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 562kcal 18.7g 中 715kcal 22.1g</p>	<p><b>21日</b></p> <p>赤 しょうゆドレッシング 黄 しょうゆドレッシング 緑 しょうゆドレッシング</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 578kcal 19.0g 中 737kcal 22.7g</p>
<p><b>24日</b></p> <p>赤 チーズ 黄 ホキのピリカラフル 緑 チキンピラフ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 610kcal 27.0g 中 775kcal 34.0g</p>	<p><b>25日</b></p> <p>赤 こんぶサラダ 黄 こめこパン 緑 クリームシチュー</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 569kcal 26.1g 中 713kcal 32.3g</p>	<p><b>26日</b> 行事食…入学・進級お祝い(松山県)</p> <p>赤 ポイルやさい 黄 とりにくのからあげ 緑 まつやますし</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 623kcal 26.5g 中 787kcal 33.3g</p>	<p><b>27日</b></p> <p>赤 はるキャベツのサラダ 黄 きよみタンゴール 緑 ごはん</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 611kcal 24.4g 中 769kcal 29.6g</p>	<p><b>28日</b></p> <p>赤 キャベツのおひたし 黄 かつあげ 緑 こくまいり</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 596kcal 21.6g 中 747kcal 26.6g</p>

豚肉(愛媛) 鶏肉(愛媛) たい(愛媛) さば(岩手) ホキ(オーストラリア) えび(インドネシア) いか(中南米) 豆腐・厚揚げ・あげ(カナダ・アメリカ) かまぼこ・平天(北海道・ロシア・米国) 大豆(北海道・愛知) 昆布(北海道) ひじき(松山) たまねぎ(松山・北海道・愛媛) キャベツ(松山・愛媛) 熊本・鹿児島・愛知・徳島) パセリ(香川・愛媛・徳島) じゃがいも(北海道・鹿児島・長崎) こまつな(愛媛・福岡・徳島) テンゲン菜(徳島・福岡・愛媛) たけのこ(愛媛) にんじん(徳島・鹿児島・長崎) ござ(岡山・宮崎・青森) 熊本・北海道) 白菜(長崎) 熊本・大分・徳島) えのきたけ(愛媛・宮崎) エリンギ(香川・福岡・広島) カラマンダリン(愛媛) 清見タンゴール(愛媛) マッシュルーム(千葉) きくらげ(愛媛) 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。

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】

味のめぐり…日本の味のめぐり献立  
 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

※ 週に1回程度みかんジュースが付きます。  
 ※ 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。また、不明な点がございましたら、学校を通して担当調理場にご相談ください。

松山市の学校給食のホームページ… <http://www.city.matsuyama.ed.jp/kurashi/kosodate/kyuusoku/gakkoukyusoku.html>  
 出典：農林水産省 [https://www.maff.go.jp/j/keikaku/syokubunka/k\\_youru/search\\_menu/index.html](https://www.maff.go.jp/j/keikaku/syokubunka/k_youru/search_menu/index.html)  
 使用イラスト：株式会社アトム「5訂版食品図鑑」