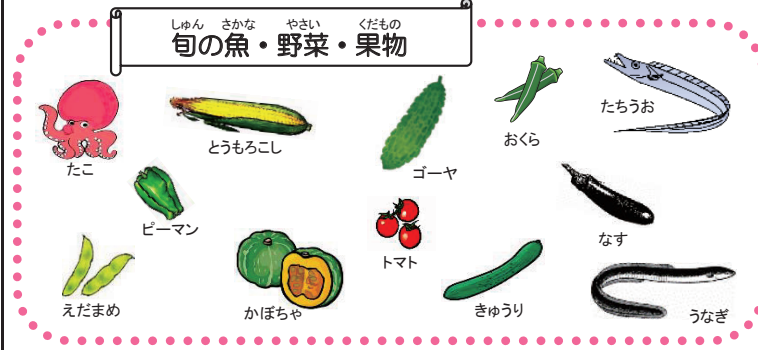




令和元年7月 予定献立表



月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日			
1日 旬...マーボーなす えびのてんぷら きりぼしだいこんのちゅうかサラダ ごはん マーボーナす エネルギー たんぱく質 小 6 1 4 kcal 2 5 . 3 g 中 7 7 9 kcal 3 1 . 0 g		2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 やさいたつぷりスープ vegetable soup 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 6 2 3 kcal 2 7 . 1 g 中 7 3 9 kcal 3 2 . 0 g		3日 G20...韓国 れいとうパイナップル frozen pineapple ビビンバ(ぐ) bibimbap フローズンパイナップル むぎごはん barley rice たまごスープ egg soup パーリーライス エネルギー たんぱく質 小 5 8 6 kcal 2 2 . 4 g 中 7 4 3 kcal 2 7 . 9 g		4日 しょうゆドレッシング サラダ パン じゃがいものカレーふうみ だいちかりんとう エネルギー たんぱく質 小 6 1 3 kcal 2 4 . 5 g 中 7 6 4 kcal 3 0 . 5 g		5日 行事食...七夕(ぞうめん汁) たなばたゼリー あまからに わかどりのあまからに ごくまいりごはん ぞうめんじる エネルギー たんぱく質 小 6 9 0 kcal 2 2 . 7 g 中 8 5 5 kcal 2 7 . 6 g		ぎゅうにゅう とりにく たまご わかめ パン じゃがいも さとう あぶら さとう たらこ じゃがいも さとう にんじん しめじ さやいんげん こまつな キャベツ エネルギー たんぱく質 小 6 9 0 kcal 2 2 . 7 g 中 8 5 5 kcal 2 7 . 6 g	
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 6 1 3 kcal 2 4 . 2 g 中 7 8 1 kcal 3 0 . 3 g		9日 G20...イタリア ヨーグルト イタリアンサラダ yogurt drink イタリアンサラダ ヨーグルトドリンク パン bread/ブレッド なつやさいのスパゲティ 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 5 8 1 kcal 2 1 . 6 g 中 7 8 9 kcal 2 8 . 9 g		10日 なつやさいのかきあげ たちうおめし さわにわん エネルギー たんぱく質 小 6 5 2 kcal 2 1 . 7 g 中 8 1 4 kcal 2 6 . 6 g		11日 フレンチサラダ パン えだまめスープ こにぼしのいそかあげ エネルギー たんぱく質 小 5 9 6 kcal 2 3 . 3 g 中 7 4 5 kcal 2 8 . 8 g		12日 G20...インド きわかめのサラダ seaweed salad シーフードサラダ もちむぎバーリーライス じゃがいも あぶら さとう こむぎこ たまねぎ にんじん えだまめ きゅうり キーマカレー keema curry キーマカレー エネルギー たんぱく質 小 6 0 5 kcal 2 2 . 4 g 中 7 8 5 kcal 2 8 . 6 g		ぎゅうにゅう とりにく たまご とうにゅう にぼし パン じゃがいも あぶら さとう こむぎこ たまねぎ にんじん えだまめ きゅうり キーマカレー エネルギー たんぱく質 小 6 0 5 kcal 2 2 . 4 g 中 7 8 5 kcal 2 8 . 6 g	
15日 うみ 海の日 ひ		16日 G20...アメリカ チリコンカン chili con carne パン bread/ブレッド キャベツとベーコンのスープ cabbage and bacon soup 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 エネルギー たんぱく質 小 6 2 9 kcal 2 6 . 6 g 中 7 8 3 kcal 3 3 . 0 g		17日 北の感謝の日...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 6 2 6 kcal 2 4 . 0 g 中 7 7 8 kcal 2 9 . 0 g		18日 G20...ドイツ ドレッシング サラダ ひめむぎパン barley bread パン bread/ブレッド じゃがいもとソーセージのこみこみ potato and sausage stew コーン(小・中) corn ポテトソーセージスープ エネルギー たんぱく質 小 5 9 2 kcal 2 2 . 0 g 中 7 6 5 kcal 2 8 . 1 g		19日 しゅう ぎょう とき 終業式 ウインナー パン じゃがいも さとう あぶら さやいんげん にんじん たまねぎ きゅうり だいこん キャベツ コーン			



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、卵はイクラに加工して食べられます。

G20愛媛・松山労働雇用大臣会合が
 開催されます!

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(千葉) 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。
 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

週に1回程度みかんジュースがつかます。
 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