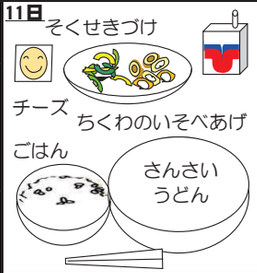
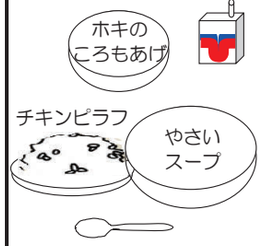
A班　北 ちさんちしょう 地産地消　…北条調理場オリジナル献立の日　…北条で生産された食材を使用している日

平成３１年４月 予定献立表

松山市北条学校給食共同調理場

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 	**9日** 旬…春キャベツのみそ汁 赤：ぎゅうにゅう／あげ／みそ／すりみ／たこ／とうふ／あおのり 黄：こめ／じゃがいも／こむぎこ／あぶら 緑：キャベツ／にんじん／**たまねぎ** 地産地消／きゅうり／ブロッコリー エネルギー 小 592kcal 中 756kcal／たんぱく質 小 20.0g 中 24.9g	**10日** きよみタンゴール 北 赤：ぎゅうにゅう／ベーコン／えび 黄：こめ／でんぷん／ワンタン／こむぎこ／ごまあぶら／じゃがいも／あぶら／さとう 緑：ねぎ／にんじん／しめじ／キャベツ／もやし／コーン／グリンピース／しょうが／**たまねぎ** 地産地消／**きよみタンゴール** エネルギー 小 636kcal 中 804kcal／たんぱく質 小 22.0g 中 27.3g	**11日** そくせきづけ  赤：ぎゅうにゅう／あげ／あおのり／とりにく／チーズ／ちくわ 黄：こめ／さとう／うどん／こむぎこ／あぶら 緑：ねぎ／なめこ／しめじ／たくあん／にんじん／キャベツ／しいたけ／ふき／わらび／えのきたけ エネルギー 小 593kcal 中 745kcal／たんぱく質 小 23.4g 中 28.7g	**12日** 赤：ぎゅうにゅう／とりにく／とうにゅう／にぼし 黄：パン／くろざとう／あぶら／じゃがいも／さとう 緑：えだまめ／にんじん／**たまねぎ** 地産地消／きゅうり／キャベツ エネルギー 小 614kcal 中 770kcal／たんぱく質 小 25.4g 中 31.1g
15日 赤：ぎゅうにゅう／とりにく／あげ／ひじき／だいず／いか 黄：こめ／こんにゃく／さとう／あぶら／でんぷん 緑：にんじん／しょうが／レモン／きゅうり／キャベツ エネルギー 小 608kcal 中 769kcal／たんぱく質 小 25.9g 中 31.9g	**16日** 赤：ぎゅうにゅう／とりにく／わかめ／なっとう 黄：こめ／こんにゃく／じゃがいも／あぶら／さとう 緑：にんじん／えだまめ／**たまねぎ** 地産地消／きゅうり／キャベツ エネルギー 小 591kcal 中 802kcal／たんぱく質 小 19.5g 中 27.8g	**17日** 赤：ぎゅうにゅう／ベーコン／ホキ 黄：こめ／あぶら／じゃがいも／でんぷん／もちむぎ／ごまあぶら／さとう／こんにゃく 緑：セロリ／きょうねぎ／キャベツ／コーン／にんじん／にんにく／ピーマン／**たまねぎ** 地産地消／**きよみタンゴール** エネルギー 小 587kcal 中 746kcal／たんぱく質 小 21.5g 中 26.5g	**18日** 味めぐり…愛媛県 赤：ぎゅうにゅう／たい／にぼし／ぶたにく／ひじき／あげ 黄：こめ／こむぎこ／じゃがいも／あぶら 緑：ごぼう／こまつな／しょうが／しいたけ／にんじん／もやし／たけのこ／ねぎ／キャベツ エネルギー 小 573kcal 中 730kcal／たんぱく質 小 22.7g 中 28.4g	**19日** とれたて感謝の日…春キャベツのポトフ 赤：ぎゅうにゅう／ポークウインナー／とりにく／だいず／にぼし 黄：パン／じゃがいも／あぶら／さとう／いちごジャム 緑：キャベツ／コーン／にんじん／**たまねぎ** 地産地消／セロリ／パセリ／きゅうり／こまつな エネルギー 小 644kcal 中 793kcal／たんぱく質 小 24.8g 中 30.7g
22日  赤：ぎゅうにゅう／とりにく／ベーコン／ホキ 黄：こめ／じゃがいも／こむぎこ／あぶら 緑：にんじん／**たまねぎ** 地産地消／えだまめ／マッシュルーム／キャベツ／しょうが エネルギー 小 587kcal 中 752kcal／たんぱく質 小 25.4g 中 31.9g	**23日** 赤：ぎゅうにゅう／ぶたにく／わかめ 黄：こめ／もちむぎ／じゃがいも／くろざとう／あぶら／さとう 緑：にんにく／にんじん／**たまねぎ** 地産地消／こまつな／キャベツ エネルギー 小 634kcal 中 805kcal／たんぱく質 小 21.5g 中 26.1g	**24日** 赤：ぎゅうにゅう／だいず／ぶたにく／ひじき 黄：パン／あぶら／スパゲティ／さとう 緑：ピーマン／マッシュルーム／にんじん／**たまねぎ** 地産地消／コーン／きゅうり／キャベツ／カラマンダリン エネルギー 小 644kcal 中 815kcal／たんぱく質 小 27.0g 中 33.6g	**25日** 行事食…入学・進級お祝い（松山餅） 赤：ぎゅうにゅう／たい／とうふ／とりにく 黄：こめ／あぶら／でんぷん／さとう 緑：にんじん／キャベツ／ごぼう／たけのこ／しいたけ／**たまねぎ** 地産地消／しめじ／ねぎ／しょうが エネルギー 小 601kcal 中 767kcal／たんぱく質 小 25.1g 中 31.2g	**26日** 赤：ぎゅうにゅう／ぶたにく／わかめ／だいず／ホキ 黄：こめ／さとう／あぶら／でんぷん／コーンフレーク／ごまあぶら 緑：トマト／にんにく／にんじん／**たまねぎ** 地産地消／コーン／きゅうり／キャベツ エネルギー 小 627kcal 中 794kcal／たんぱく質 小 27.4g 中 33.8g
29日 **昭和の日**	**30日** **国民の休日**	**旬の魚・野菜・果物** 		

味めぐり

今年度も、日本各地の味めぐりです。
今月は、愛媛県の味めぐりです。
愛媛県は、養殖鯛の生産量日本一です。鯛は、おいしく味のよい魚として親しまれており、愛媛県の県魚にもなっています。南予や中予の鯛めし、鯛そうめん、鯛の浜焼きなど、新鮮な鯛が獲れる地域で工夫された郷土料理が数多くあります。

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