



# 令和2年4月 予定献立表



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日																														
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 20%;"> <p><b>旬の魚・野菜・果物</b></p> <p>たい 春キャベツ パセリ さやえんどう わかめ レタス カラマンダリン たけのこ</p> </div> <div style="width: 30%; border: 2px solid orange; padding: 5px;"> <p><b>福岡県の味めぐり</b></p> <p>今年度も、日本各地の味めぐりです。 今月は、福岡県の味めぐりです。 「がめ煮」は福岡県の郷土料理です。がめ煮には、鶏肉やれんこん、ごぼう、にんじん、こんにやく、しいたけなど、いろいろな材料が使われます。そのため、博多地方の方言で「寄せ集める」という意味の「がめくりこむ」という言葉から、「がめ煮」という名前がついたといわれています。がめ煮は、正月やお祭り、結婚式などのお祝い事の時に、よく作られます。</p> </div> <div style="width: 20%; text-align: right;"> <p>9日</p> <p>あげじゃが きんぴら こくとうパン とうふのごもくあんかけ</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>小 28.3g</td></tr> <tr><td>中 795kcal</td><td>中 36.0g</td></tr> </table> </div> <div style="width: 20%; text-align: right;"> <p>10日</p> <p>あおなの にびたし 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 604kcal</td><td>小 20.4g</td></tr> <tr><td>中 806kcal</td><td>中 28.2g</td></tr> </table> </div> </div>					エネルギー	たんぱく質	小 641kcal	小 28.3g	中 795kcal	中 36.0g	エネルギー	たんぱく質	小 604kcal	小 20.4g	中 806kcal	中 28.2g																		
エネルギー	たんぱく質																																	
小 641kcal	小 28.3g																																	
中 795kcal	中 36.0g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 604kcal	小 20.4g																																	
中 806kcal	中 28.2g																																	
<p>13日 味めぐり…福岡県</p> <p>さわらのたつたあげ ごはん がめに</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>小 26.2g</td></tr> <tr><td>中 804kcal</td><td>中 32.1g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 635kcal	小 26.2g	中 804kcal	中 32.1g	<p>14日</p> <p>ひじき サラダ パン ミート スパゲティ きよみタンゴール</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>小 25.7g</td></tr> <tr><td>中 805kcal</td><td>中 31.7g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 641kcal	小 25.7g	中 805kcal	中 31.7g	<p>15日 旬…春キャベツのみそ汁</p> <p>えびてん ごはん 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 610kcal</td><td>小 21.8g</td></tr> <tr><td>中 789kcal</td><td>中 27.1g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 610kcal	小 21.8g	中 789kcal	中 27.1g	<p>16日</p> <p>とりにくとかぼちゃの オープンやき ピラフ ポイルやさい やさいたつぷり 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>小 25.0g</td></tr> <tr><td>中 765kcal</td><td>中 30.9g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 604kcal	小 25.0g	中 765kcal	中 30.9g	<p>17日</p> <p>パンサンスー ごはん あつあげのみそいため</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 627kcal</td><td>小 25.2g</td></tr> <tr><td>中 791kcal</td><td>中 30.9g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 627kcal	小 25.2g	中 791kcal	中 30.9g
エネルギー	たんぱく質																																	
小 635kcal	小 26.2g																																	
中 804kcal	中 32.1g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 641kcal	小 25.7g																																	
中 805kcal	中 31.7g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 610kcal	小 21.8g																																	
中 789kcal	中 27.1g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 604kcal	小 25.0g																																	
中 765kcal	中 30.9g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 627kcal	小 25.2g																																	
中 791kcal	中 30.9g																																	
<p>20日</p> <p>きりぼし だいのうまに もちむぎごはん ちゅうか どんぶり</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 631kcal</td><td>小 27.5g</td></tr> <tr><td>中 819kcal</td><td>中 34.0g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 631kcal	小 27.5g	中 819kcal	中 34.0g	<p>21日</p> <p>コーン サラダ ゼリー こめこパン クリーム スープ こにぼしのいそかあげ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 629kcal</td><td>小 25.3g</td></tr> <tr><td>中 771kcal</td><td>中 31.2g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 629kcal	小 25.3g	中 771kcal	中 31.2g	<p>22日 行事食…入学・進級お祝い(松山絆)</p> <p>わかどりの こうみあげ まつやますし とうふじる</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 613kcal</td><td>小 25.2g</td></tr> <tr><td>中 781kcal</td><td>中 31.0g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 613kcal	小 25.2g	中 781kcal	中 31.0g	<p>23日</p> <p>しょうゆ ドレッシング サラダ ごはん ハヤシライス(ルー)</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 647kcal</td><td>小 21.9g</td></tr> <tr><td>中 839kcal</td><td>中 27.5g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 647kcal	小 21.9g	中 839kcal	中 27.5g	<p>24日</p> <p>さけのピリカラフル ごはん カラマンダリン 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 620kcal</td><td>小 26.4g</td></tr> <tr><td>中 788kcal</td><td>中 33.6g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 620kcal	小 26.4g	中 788kcal	中 33.6g
エネルギー	たんぱく質																																	
小 631kcal	小 27.5g																																	
中 819kcal	中 34.0g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 629kcal	小 25.3g																																	
中 771kcal	中 31.2g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 613kcal	小 25.2g																																	
中 781kcal	中 31.0g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 647kcal	小 21.9g																																	
中 839kcal	中 27.5g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 620kcal	小 26.4g																																	
中 788kcal	中 33.6g																																	
<p>27日</p> <p>いかのごまあげ ごはん レモンふうみづけ 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 652kcal</td><td>小 29.2g</td></tr> <tr><td>中 828kcal</td><td>中 36.1g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 652kcal	小 29.2g	中 828kcal	中 36.1g	<p>28日 とれたて感謝の日…春キャベツのポトフ</p> <p>かいそう サラダ パン はるキャベツのポトフ だいすかりんとう</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>小 25.3g</td></tr> <tr><td>中 758kcal</td><td>中 31.6g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 604kcal	小 25.3g	中 758kcal	中 31.6g	<p>29日</p> <h2 style="font-size: 2em;">昭和の日</h2>		<p>30日</p> <p>フレンチ サラダ チーズ むぎごはん カレーライス(ルー)</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 670kcal</td><td>小 22.6g</td></tr> <tr><td>中 852kcal</td><td>中 27.7g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 670kcal	小 22.6g	中 852kcal	中 27.7g												
エネルギー	たんぱく質																																	
小 652kcal	小 29.2g																																	
中 828kcal	中 36.1g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 604kcal	小 25.3g																																	
中 758kcal	中 31.6g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 670kcal	小 22.6g																																	
中 852kcal	中 27.7g																																	

**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・九州) 豚肉(愛媛) 鶏肉(愛媛) さけ(北海道) さわら(愛媛) たい(愛媛) えび(インドネシア) いか(ペルー・チリ) すり身(北海道) 豆腐・厚揚げ(カナダ・アメリカ) 大豆(北海道・愛知) 押もち麦(愛媛) 青のり(愛媛) のり(三重)  
 キャベツ(愛媛・熊本・松山・鹿児島・愛知) パセリ(香川・愛媛・徳島) レタス(愛媛・香川・徳島・兵庫) じゃがいも(北海道・鹿児島・長崎・愛媛) たまねぎ(北海道・愛媛) にんじん(鹿児島・徳島・長崎) きゅうり(愛媛・高知・宮崎) こまつな(愛媛・福岡・徳島)  
 ごぼう(岡山・北海道・宮崎・青森・熊本) れんこん(佐賀) えのきたけ(愛媛・宮崎・熊本) しいたけ(北海道) きくらげ(愛媛) たけのこ(九州) カラマンダリン(愛媛) 清見タンゴール(愛媛) わかめ(宮城) ひじき(松山) ぜんまい(四国)

※ (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/gakkoukyusoku.html>

