



令和3年3月 予定献立表



学校給食で食べたい 我が家の献立
ご家庭で食べられている献立を、
学校給食に取り入れました。
お楽しみに！

まつやま しほりょうがっこう きょうしゅうしきょうどうりょうりょう
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
1日 エネルギー たんぱく質 小 660kcal 小 24.9g 中 824kcal 中 29.5g	2日 エネルギー たんぱく質 小 609kcal 小 23.5g 中 759kcal 中 29.1g	3日 行事食・ひなまつり (ちらしずし) エネルギー たんぱく質 小 657kcal 小 25.7g 中 834kcal 中 31.7g	4日 エネルギー たんぱく質 小 626kcal 小 26.3g 中 788kcal 中 32.4g	5日 エネルギー たんぱく質 小 591kcal 小 23.6g 中 753kcal 中 29.8g
8日 我が家の献立 優秀作品 ぶたにくのかりかりあげ エネルギー たんぱく質 小 640kcal 小 26.5g 中 810kcal 中 32.6g	9日 エネルギー たんぱく質 小 642kcal 小 25.7g 中 812kcal 中 32.1g	10日 北条小学校6年竹組の献立 行事食・・・卒業祝い (鯛めし) エネルギー たんぱく質 小 695kcal 小 32.2g 中 882kcal 中 41.0g	11日 エネルギー たんぱく質 小 595kcal 小 21.2g 中 772kcal 中 27.3g	12日 エネルギー たんぱく質 小 638kcal 小 27.7g 中 799kcal 中 33.8g
15日 エネルギー たんぱく質 小 631kcal 小 25.1g 中 796kcal 中 31.8g	16日 味めぐり...宮崎県 エネルギー たんぱく質 小 637kcal 小 22.3g 中 807kcal 中 26.9g	17日 エネルギー たんぱく質 小 649kcal 小 26.2g 中 804kcal 中 31.9g	18日 エネルギー たんぱく質 小 704kcal 小 31.5g 中 885kcal 中 39.4g	19日 北条小学校6年松組の献立 エネルギー たんぱく質 小 673kcal 小 27.3g 中 855kcal 中 33.6g
22日 エネルギー たんぱく質 小 632kcal 小 24.0g 中 801kcal 中 29.6g	23日 エネルギー たんぱく質 小 644kcal 小 22.9g 中 788kcal 中 28g	24日 旬...切干大根とひじきの煮もの エネルギー たんぱく質 小 665kcal 小 25.4g 中 843kcal 中 31.6g	<div data-bbox="1652 1331 2226 1679" data-label="Text"> <p>宮崎県の味めぐり こんげつ みやざきけん あじ ぼくぶ たかちほちょう 今月は、宮崎県の味めぐりです。北部にある高千穂町では、 まいとし がつなな がつ しゅうくく ほうさく わが うた 毎年11月半ばから2月にかけて、集落ごとに豊作を願い、歌 とともに舞う神楽が奉納されます。夜を徹して舞われる夜神楽 で、村人にふるまわれるのが「神楽煮しめ」です。地元でとれ る自然の恵みを使ったごちそうです。 「おびてん」は、南部にある日南市の郷土料理です。日向灘の きんかい たいりゅうまきよまる み とうふ 近海でとれる大衆魚を丸ごとすり身にしたものに、豆腐やみそ、 くらさとう、(わ あ とうふ 黒砂糖を加えて揚げるのが特徴です。</p> </div> <div data-bbox="2240 1331 2660 1679" data-label="Image"> </div>	

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・四国) 豚肉(愛媛) 鶏肉(愛媛) たい(愛媛) いわし(愛媛) ホキ(ニュージーランド) えび(インドネシア) いか(南米) 豆腐・あげ(カナダ・アメリカ) かまぼこ・すり身(北海道) 大豆(北海道) 押もち麦(愛媛) ひじき(松山) わかめ(岩手)
 じゃがいも(北海道・長崎・鹿児島・愛媛) こまつな(愛媛・福岡・徳島) にんじん(長崎・鹿児島・徳島) みつば(大分・高知・徳島・三重) キャベツ(松山・愛媛・愛知・熊本) きゅうり(高知・愛媛・熊本・宮崎) ごぼう(北海道・青森・鹿児島・岡山) たけのこ(愛媛)
 だいこん(長崎・熊本・大分・香川・鹿児島・宮崎) たまねぎ(北海道・兵庫・愛媛) はくさい(長崎・徳島・愛媛・熊本) 清見タンゴール(愛媛) せとか(愛媛) デコボン(愛媛) えのき草(愛媛・宮崎・長野・熊本) しめじ(香川・福岡) しいたけ(九州) きくらげ(愛媛)

※ (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
 ※ 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>