

# 令和3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: 30%;"> <p><b>旬の魚・野菜・果物</b></p> </div> <div style="width: 35%; text-align: center;"> <p><b>佐賀県の味めぐり</b></p> <p>「だぶ」は、唐津市でお祝いなど、みんなが集まった時に食べられる郷土料理です。一度にたくさん作る汁物で、煮くすれしやすい材料は使わず、水を多く入れて「ざぶざぶ」することから、なまって「だぶ」と呼ばれるようになりました。</p> <p>また、佐賀県北西部の港町である呼子という地域では、海の幸がよく獲れます。特にいろいろな種類のいか、年中水揚げされます。天日干しのいかは、四季を通じた呼子の風景となっています。</p> </div> <div style="width: 30%;"> </div> </div>				
<p><b>12日</b></p> <p>きよみ タンゴール もちむぎ ごはん ちゅうか どんぶり</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 622kcal 小 25.9g 中 798kcal 中 32.6g</p>	<p><b>13日 味めぐり…佐賀県</b></p> <p>さんしょくあえ ごはん いかのてんぷら だぶ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 595kcal 小 24.8g 中 767kcal 中 31.6g</p>	<p><b>14日</b></p> <p>コーン サラダ ひめむぎパン クリーム シチュー カラフルオムレツ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 669kcal 小 28.4g 中 843kcal 中 35.0g</p>	<p><b>15日</b></p> <p>いそあえ ごこくまい いりごはん さんさい うどん</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 609kcal 小 26.2g 中 768kcal 中 32.5g</p>	<p><b>9日</b></p> <p>そくせきづけ ごはん とりにくのてりやき みそしる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 587kcal 小 24.7g 中 759kcal 中 31.3g</p>
<p><b>19日</b></p> <p>みきやん ドレッシング サラダ もちむぎ ごはん カレー (ルウ)</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 652kcal 小 22.3g 中 848kcal 中 28.2g</p>	<p><b>20日 行事食…入学・進級お祝い (松山産)</b></p> <p>キャベツのおひたし まつやますし わかどりのからあげ すましじる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 609kcal 小 26.0g 中 785kcal 中 33.1g</p>	<p><b>21日</b></p> <p>イタリアン サラダ チーズパン ミート スパゲティ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 653kcal 小 27.5g 中 813kcal 中 32.9g</p>	<p><b>22日</b></p> <p>だいこんのすもの のり つくだに ごはん つくねあげ はるキャベツの みそしる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 609kcal 小 20.3g 中 777kcal 中 24.9g</p>	<p><b>16日</b></p> <p>ホキの レモンに チーズ コーンピラフ やさいたつぶり スープ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 641kcal 小 28.8g 中 805kcal 中 35.7g</p>
<p><b>26日</b></p> <p>ホキの チリソース カラマンダリン ごはん ちゅうか スープ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 625kcal 小 21.6g 中 789kcal 中 26.4g</p>	<p><b>27日 旬…ひじきサラダ</b></p> <p>ひじき サラダ (中) なっとう ごはん にくじゃが</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 612kcal 小 21.4g 中 811kcal 中 29.3g</p>	<p><b>28日</b></p> <p>フルーツ あえ パン とうふの ごもくあんかけ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 664kcal 小 28.4g 中 828kcal 中 34.7g</p>	<p><b>29日</b></p> <p>しょうわ ひ <b>昭和の日</b></p>	<p><b>23日 どれたて感謝の日…春キャベツのポトフ</b></p> <p>ドレッシング サラダ ピラフ はるキャベツの ポトフ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 551kcal 小 20.3g 中 711kcal 中 24.4g</p>
<p><b>30日</b></p> <p>きりほし だいこんの ちゅうかサラダ ごはん ふたにくの みそいため</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 631kcal 小 27.4g 中 790kcal 中 33.0g</p>	<p><b>23日</b></p> <p>ぎゅうにゅう ふたにく チーズ とりにく たまご のり こめ あぶら はだかむぎ さとう もちむぎ こむぎこ あかまい くるまい みどりまい うどん アーモンド ぜんまい にんじん たけのこ キャベツ ねぎ しめじ ほうれんそう</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 641kcal 小 28.8g 中 805kcal 中 35.7g</p>	<p><b>23日</b></p> <p>ぎゅうにゅう たいす あげ すりみ たまご つくだに こめ さとも ごま さといも さとう さとう あぶら ねぎ だいこん えのきだけ キャベツ きくらげ たまねぎ にんじん きゅうり</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 609kcal 小 20.3g 中 777kcal 中 24.9g</p>	<p><b>23日</b></p> <p>ぎゅうにゅう ふたにく とりにく ポークウィンナー こめ あぶら じゃがいも さとう にんじん だいこん パセリ きゅうり キャベツ セロリ レタス エリンギ たまねぎ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 551kcal 小 20.3g 中 711kcal 中 24.4g</p>	<p><b>30日</b></p> <p>ぎゅうにゅう みそ にほし ふたにく あげとうふ こめ てんぷん さとう あぶら ごまあぶら はるさめ しいたけ きゅうり ピーマン きくらげ にんじん たけのこ キャベツ たまねぎ きりほしだいこん</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 631kcal 小 27.4g 中 790kcal 中 33.0g</p>

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・鹿児島・宮崎・香川) 豚肉(愛媛) 鶏肉(愛媛) さわら(長崎) ホキ(ニュージーランド) むきえび(インドネシア) いか(中南米) すり身(北海道) 豆腐・あげ(カナダ) 押しもち麦(愛媛) じゃがいも(北海道・鹿児島・長崎・愛媛) たまねぎ(北海道・愛媛・松山) パセリ(香川・愛媛・徳島) にんじん(徳島・鹿児島・長崎) ねぎ(香川・愛媛・高知・徳島・熊本) ピーマン(宮崎・高知・熊本・鹿児島) ほうれん草(愛媛・徳島・福岡) こまつな(愛媛・徳島・福岡) しょうが(高知・熊本) 新キャベツ(松山・愛媛・熊本・鹿児島・福岡・愛知) レタス(愛媛・香川・岡山・徳島・兵庫) ごぼう(岡山・宮崎・青森・熊本・鹿児島・北海道) 清見タンゴール(愛媛) カラマンダリン(愛媛) えのき(愛媛・宮崎・長野) しめじ(香川・福岡) 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  
どれたて感謝の日…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>