

# 令和6年2月 予定献立表

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日			
<p><b>味のめぐり (福島県)</b></p> <p>今月の味のめぐり献立は、『福島県』です。</p> <p>『こづゆ』は、負柱でだしを取り、里芋、きくらげ、にんじんなどを入れて薄味に仕上げたお吸い物です。会津地方で100年以上前から、祭りや祝い事などの時に食べられている郷土料理です。</p> <p>『ひきないり』は、せん切りにした大根やにんじんなどを炒めた料理です。</p> <p>「ひきな」とは、「せん切りにした野菜」を意味する福島県の方です。</p>		<p><b>旬の魚・野菜・果物</b></p> <p>しゆん さかな やさい くだもの</p> <p>いわし こまつな</p> <p>ぶり さわら</p> <p>いちご(ハウス) いよかん</p> <p>せとか</p> <p>キウイフルーツ</p>		<p><b>1日 行事食・節分 (節分豆・いわしのかば焼き)</b></p> <p>はくさいのおひたし</p> <p>せつぶんまめ いわしのかば焼き</p> <p>ごはん ぶたじる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 608kcal 26.5g 中 776kcal 32.5g</p>		<p><b>2日 北条感謝の日・伊予柑</b></p> <p>パンサンス</p> <p>いよかん</p> <p>ごはん こうやどうふのちゅうかいため</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 569kcal 22.5g 中 733kcal 28.2g</p>		<p>きゅうにゅう みそ とうふ あげ</p> <p>だいたく ぶたにく いわし</p> <p>こめ さつまいも でんぶん あぶら さとう</p> <p>ねぎ たまねぎ しょうが ほうれんそう はくさい にんじん</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 623kcal 29.5g 中 791kcal 36.6g</p>		<p>きゅうにゅう うすらたまご こうやどうふ ぶたにく</p> <p>こめ あぶら さとう</p> <p>きくらげ じゃがいも じゃがいも</p> <p>たまねぎ しょうが</p> <p>しめじ にんじん いよかん</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 579kcal 21.6g 中 756kcal 27.3g</p>	
<p><b>5日 愛媛FC応援給食 うまさぎ!!びんなん!!ピピンパン</b></p> <p>ピピンパン(ふりかけ) ヨーグルト</p> <p>ごはん ナムル とうふ そぼろ</p> <p>たまご スープ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 593kcal 25.5g 中 773kcal 31.3g</p>		<p><b>6日 北条感謝の日</b></p> <p>いちご ハンバーグ</p> <p>ごはん やさい たつぷり スープ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 583kcal 21.3g 中 732kcal 25.4g</p>		<p><b>7日</b></p> <p>だいこん サラダ</p> <p>こめこパン</p> <p>ポトフ</p> <p>ミルクキャラメル ピンス</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 589kcal 27.0g 中 738kcal 33.5g</p>		<p><b>8日 旬…さわらのゆずみぞ焼き</b></p> <p>いそあえ</p> <p>ごはん さわらのゆずみぞ焼き</p> <p>けんちん じる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 562kcal 24.9g 中 712kcal 30.3g</p>		<p><b>9日</b></p> <p>かぼちゃとこにほしのかきあげ</p> <p>アーモンド</p> <p>ゆかりごはん みずたき うどん</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 579kcal 21.6g 中 756kcal 27.3g</p>		<p>きゅうにゅう とりにく のり みそ</p> <p>さわら</p> <p>こめ さとう</p> <p>こめこ あぶら こんやく</p> <p>あぶら でんぶん</p> <p>ごぼう にんじん ねぎ ゆず</p> <p>ほうれんそう はくさい えのきたけ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 572kcal 29.9g 中 720kcal 37.5g</p>	
<p><b>12日 振替休日</b></p>		<p><b>13日</b></p> <p>アーモンド あえ</p> <p>もちむぎ ごはん</p> <p>じゃがいものそぼろ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 598kcal 25.0g 中 752kcal 29.9g</p>		<p><b>14日</b></p> <p>ひじき サラダ</p> <p>ひめむぎパン</p> <p>ポーク ピンス</p> <p>はるみ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 642kcal 28.6g 中 802kcal 35.2g</p>		<p><b>15日</b></p> <p>そくせきつけ</p> <p>ごはん とうふのかわりあげ</p> <p>はくさいのみそしる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 558kcal 18.9g 中 712kcal 30.3g</p>		<p><b>16日</b></p> <p>えびのチリソース</p> <p>パン</p> <p>ちゅうか スープ</p> <p>フライドポテト</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 572kcal 29.9g 中 720kcal 37.5g</p>		<p>きゅうにゅう うすらたまご ぶたにく</p> <p>えび</p> <p>パン あぶら じゃがいも</p> <p>はるみ さとう</p> <p>でんぶん さとう</p> <p>たまねぎ たくあん きくらげ</p> <p>はくさい えのきたけ ねぎ</p> <p>コーン にんじん</p> <p>にんじん しょうが</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 572kcal 29.9g 中 720kcal 37.5g</p>	
<p><b>19日 愛媛FC応援給食 元気が出る!鶏肉のバターしょうゆ</b></p> <p>とりにくのバターしょうゆ</p> <p>ごさかな ひよこまめのピラフ</p> <p>ミネストローネ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 627kcal 29.1g 中 802kcal 37.9g</p>		<p><b>20日</b></p> <p>ホキのピリカラフル</p> <p>のり</p> <p>ごはん とうふのこもくあんかけ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 632kcal 31.2g 中 806kcal 38.9g</p>		<p><b>21日</b></p> <p>いかのさらさあげ</p> <p>こくとうパン</p> <p>チャンポン</p> <p>いよかん</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 587kcal 30.0g 中 750kcal 37.8g</p>		<p><b>22日</b></p> <p>こまつなのおひたし</p> <p>ごはん さけフライ</p> <p>いそに</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 623kcal 29.5g 中 791kcal 36.6g</p>		<p><b>23日 天皇誕生日</b></p> <p>てんのうたんじょうび</p> <p>きゅうにゅう あげ とうふ</p> <p>ひじき だいたく</p> <p>たまご さけ</p> <p>こめ こむぎこ</p> <p>こんやく さとう</p> <p>あぶら パン</p> <p>しめじ にんじん</p> <p>こまつな キャベツ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 634kcal 21.5g 中 802kcal 26.3g</p>			
<p><b>26日 北条感謝の日</b></p> <p>カラフルナムル</p> <p>ごはん とりにくのからあげ</p> <p>ピーン じる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 601kcal 25.1g 中 777kcal 31.9g</p>		<p><b>27日 味のめぐり…福島県</b></p> <p>ひきないり 「りょうでくぼる」</p> <p>ごはん めひかりのフライ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 568kcal 22.7g 中 723kcal 28.0g</p>		<p><b>28日</b></p> <p>はくさい サラダ</p> <p>ケチャップ</p> <p>パン</p> <p>クリーム スープ</p> <p>カラフルオムレツ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 594kcal 25.4g 中 736kcal 31.4g</p>		<p><b>29日</b></p> <p>きわかめのサラダ</p> <p>せとか</p> <p>もちむぎ ごはん</p> <p>あつあげ カレー(ルー)</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 634kcal 21.5g 中 802kcal 26.3g</p>		<p><b>2月3日は節分</b></p> <p>節分とは、立春の前日のことをさし、災いをもたらす鬼を、豆をまいて追い払い福を招き入れる行事です。まく豆は、「福豆」と呼ばれており、一般的には炒った大豆を使います。福豆を自分の歳の数だけ食べる と、病気になるず長生きするといわれています。</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 634kcal 21.5g 中 802kcal 26.3g</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) 豚肉・鶏肉(愛媛) いわし(千葉) さわら(韓国) さけ(北海道) ホキ(ニュージーランド) めひかり(宮崎) いか(ペルー) えび(インドネシア) ほたて(青森) 豆腐・あげ(カナダ・アメリカ) かまぼこ・平天(北海道・アメリカ) ちくわ(ベトナム) 大豆(北海道) じゃがいも(北海道・長崎・松山・愛媛) こまつな(愛媛・福岡・茨城・長崎・徳島) キャベツ(松山・愛媛・愛知) きゅうり(愛媛・高知・宮崎) たまねぎ(北海道) にんじん(長崎・鹿児島) だいこん(愛媛・熊本・長崎・鹿児島) はくさい(愛媛・徳島・熊本・長崎・愛知・兵庫) さといも(愛媛) ほうれんそう(愛媛・徳島) ごぼう(北海道・青森) れんこん(徳島) えのき茸(愛媛・宮崎) しめじ(香川・福岡) いちご(愛媛) 伊予柑(松山・愛媛) はるみ(愛媛) たけのこ(愛媛) しいたけ(三重) きくらげ(愛媛) わかめ(宮城・岩手) くわかめ(徳島) ひじき(松山) のり(香川)

※ (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】

味のめぐり…日本の味のめぐり献立

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。また、不明な点がありましたら、学校を通して担当調理場にご相談ください。

※ 松山市学校給食のホームページ・・・http://www.city.matsuyama.ehime.jp/kurashi/kosodate/kyuusyoku/gakkoukyuusyoku.html

＜松山市HP＞