B班

令和７年５月　予定献立表

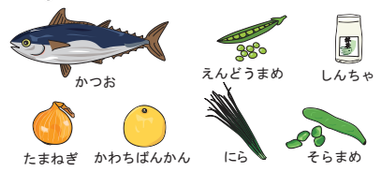
松山市城北学校給食共同調理場

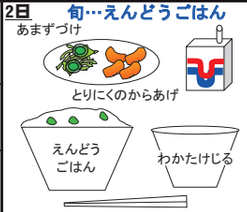
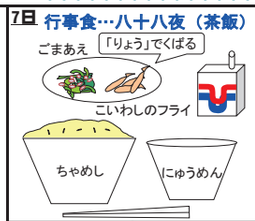
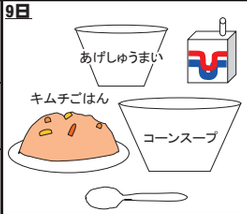
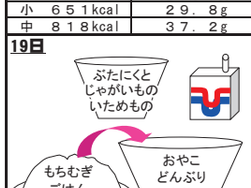
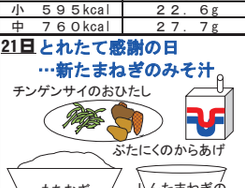
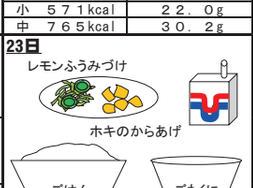
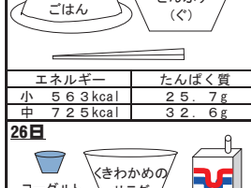
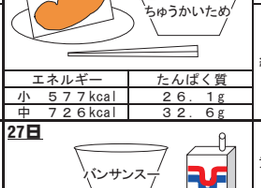
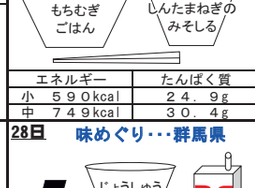
味めぐり【群馬県】

群馬県は、小麦の生産が盛んであることから、小麦粉を使用した郷土料理が多くあります。その代表的な料理が**『おきりこみ』**です。小麦粉で作られた幅広の麺を切り込みながら鍋に入れ、野菜やきのこなどと一緒に煮込みます。

『上州きんぴら』は、昭和58年に開催された「あかぎ国体」の時に、特産品のこんにゃくなどを使って考案された郷土料理です。群馬県の山をイメージして太く切ったごぼうを入れるのが特長です。

旬の魚・野菜・果物



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
			1日 黄：こくとうパン／じゃがいも／あぶら／さとう 赤：ぎゅうにゅう／とうにゅう／ベーコン／えび 緑：にんじん／しめじ／えだまめ／たまねぎ／キャベツ／きゅうり／かわちばんかん エネルギー 小 587kcal 中 729kcal／たんぱく質 小 24．2g 中 29．6g	2日　旬…えんどうごはん  黄：こめ／あぶら／でんぷん／さとう 赤：ぎゅうにゅう／わかめ／とうふ／とりにく 緑：ねぎ／キャベツ／えんどうまめ／にんじん／たまねぎ／たけのこ／しょうが／だいこん エネルギー 小 593kcal 中 744kcal／たんぱく質 小 24．2g 中 30．2g
5日 こどもの日	6日 振替休日	7日　行事食…八十八夜（茶飯）  黄：こめ／あぶら／そうめん／ごま／こむぎこ／さとう／パンこ／こめこ 赤：ぎゅうにゅう／あげ／いわし 緑：りょくちゃ／ねぎ／しいたけ／たまねぎ／にんじん／こまつな／キャベツ エネルギー 小 579kcal 中 745kcal／たんぱく質 小 20．4g 中 24．8g	8日 黄：パン／さとう／じゃがいも／マカロニ／あぶら／でんぷん 赤：ぎゅうにゅう／ベーコン／とりにく／だいず／にぼし／ぶたにく 緑：にんじん／トマト／キャベツ／パセリ／セロリ／たまねぎ／エリンギ／にんにく エネルギー 小 599kcal 中 743kcal／たんぱく質 小 30．9g 中 37．8g	9日  黄：こめ／でんぷん／ごまあぶら／こむぎこ／さとう／ラード／じゃがいも／みずあめ／あぶら 赤：ぎゅうにゅう／ぶたにく／ベーコン 緑：キムチ／たまねぎ／えだまめ／ピーマン／しょうが／すだち／セロリ／ねぎ／キャベツ／にんにく／コーン／にんじん エネルギー 小 568kcal 中 748kcal／たんぱく質 小 19．9g 中 25．3g
12日  黄：こめ／あぶら／さとう／アーモンド 赤：ぎゅうにゅう／とうふ／ぶたにく／とりにく 緑：たけのこ／ねぎ／にんじん／しいたけ／たまねぎ／キャベツ エネルギー 小 651kcal 中 818kcal／たんぱく質 小 29．8g 中 37．2g	13日 黄：パン／でんぷん／じゃがいも／くろざとう／ごま／あぶら／さとう 赤：ぎゅうにゅう／ポークウインナー／とりにく／だいず 緑：たまねぎ／にんじん／キャベツ／セロリ／パセリ／こまつな／だいこん エネルギー 小 569kcal 中 708kcal／たんぱく質 小 27．4g 中 33．3g	14日　旬…そら豆のかき揚げ  黄：こめ／さつまいも／こむぎこ／あぶら 赤：ぎゅうにゅう／みそ／えび／あげ／にぼし／ぶたにく／たまご／とうふ 緑：にんじん／ねぎ／だいこん／ごぼう／そらまめ／たまねぎ エネルギー 小 595kcal 中 760kcal／たんぱく質 小 22．6g 中 27．7g	15日 黄：こめこパン／あぶら／さとう／スパゲッティ／ごまあぶら 赤：ぎゅうにゅう／ぶたにく／とさかのり／ベーコン／こんぶ／くきわかめ／チーズ／わかめ 緑：エリンギ／にんじん／ピーマン／たまねぎ／コーン／キャベツ エネルギー 小 616kcal 中 777kcal／たんぱく質 小 27．2g 中 33．7g	16日  黄：こめ／こんにゃく／こむぎこ／さとう／あぶら 赤：ぎゅうにゅう／あげ／たまご／ぶたにく／(中)なっとう／じゃこすりみ／すりみ 緑：ねぎ／ごぼう／たけのこ／もやし／にんじん／しいたけ／たまねぎ エネルギー 小 571kcal 中 765kcal／たんぱく質 小 22．0g 中 30．2g
19日  黄：こめ／もちむぎ／さとう／あぶら／じゃがいも 赤：ぎゅうにゅう／たまご／とりにく／ぶたにく 緑：ねぎ／しいたけ／にんじん／たまねぎ／ピーマン／にんにく エネルギー 小 563kcal 中 725kcal／たんぱく質 小 25．7g 中 32．6g	20日  黄：ひめむぎパン／ごまあぶら／あぶら／いちごジャム／さとう／でんぷん／はるさめ 赤：ぎゅうにゅう／うずらたまご／こうやどうふ／ぶたにく 緑：きくらげ／ピーマン／たまねぎ／にんじん／しょうが／きゅうり／きりぼしだいこん エネルギー 小 577kcal 中 726kcal／たんぱく質 小 26．1g 中 32．6g	21日 とれたて感謝の日 …新たまねぎのみそ汁  黄：こめ／もちむぎ／じゃがいも／でんぷん／あぶら 赤：ぎゅうにゅう／みそ／ぶたにく／わかめ／あげ 緑：ねぎ／えのきたけ／たまねぎ／キャベツ／チンゲンサイ エネルギー 小 590kcal 中 749kcal／たんぱく質 小 24．9g 中 30．4g	22日 黄：パン／アーモンド／さとう／こんにゃく／あぶら／じゃがいも 赤：ぎゅうにゅう／ベーコン／ひじき／にぼし 緑：にんじん／たまねぎ／さやいんげん／コーン／きゅうり／キャベツ エネルギー 小 568kcal 中 709kcal／たんぱく質 小 22．6g 中 27．1g	23日 黄：こめ／でんぷん／こんにゃく／あぶら／さとう／こむぎこ 赤：ぎゅうにゅう／ひらてん／だいず／こんぶ／ホキ／とりにく 緑：にんじん／たけのこ／さやいんげん／ごぼう／レモン／キャベツ エネルギー 小 583kcal 中 750kcal／たんぱく質 小 27．9g 中 35．2g
26日 黄：こめ／さとう／あぶら／ごまあぶら／パンこ／くろざとう／ごま 赤：ぎゅうにゅう／ぶたにく／だいず／とりにく／くきわかめ／とうふ／ヨーグルト 緑：たまねぎ／にんじん／ピーマン／キャベツ／きゅうり エネルギー 小 630kcal 中 830kcal／たんぱく質 小 26．0g 中 32．7g	27日 黄：パン／さとう／でんぷん／はるさめ／こむぎこ／あぶら／ごまあぶら 赤：ぎゅうにゅう／たまご／とうふ／えび 緑：セロリ／にら／たまねぎ／にんじん／だいこん／きゅうり エネルギー 小 577kcal 中 724kcal／たんぱく質 小 29．8g 中 37．0g	28日　味めぐり・・・群馬県 黄：こめ／あぶら／きしめん／さとう／さといも／こんにゃく 赤：ぎゅうにゅう／みそ／ぶたにく／とりにく／ひじき／あげ 緑：きょうねぎ／にんじん／だいこん／しいたけ／ごぼう エネルギー 小 588kcal 中 733kcal／たんぱく質 小 24．2g 中 30．2g	29日 黄：パン／さとう／じゃがいも／でんぷん／あぶら／ゼリー 赤：ぎゅうにゅう／とうにゅう／とりにく／ホキ 緑：しめじ／もも／パセリ／にんじん／たまねぎ／レモン／みかん／パイナップル エネルギー 小 643kcal 中 789kcal／たんぱく質 小 27．9g 中 34．4g	30日 黄：こめ／あぶら／さとう 赤：ぎゅうにゅう／わかめ／のり／ぎょそうめん／うずらたまご／ぶたにく 緑：ねぎ／キャベツ／にんじん／しょうが／たまねぎ／にら／こまつな エネルギー 小 560kcal 中 719kcal／たんぱく質 小 27．4g 中 34．2g

松山市学校給食の今月の主な食品の予定産地

豚肉･鶏肉(愛媛) いわし(香川) ホキ(ニュージーランド) えび(インドネシア) 豆腐･あげ(カナダ･栃木･岐阜･アメリカ) 魚そうめん･すりみ･平天(北海道) 大豆(北海道) 押もち麦(愛媛) じゃがいも(長崎･鹿児島･愛媛) こまつな(愛媛･福岡･徳島･茨城) チンゲン菜(徳島･福岡･愛媛) にら(高知･宮崎･長崎) にんじん(徳島･熊本･長崎) えんどう豆(愛媛･和歌山) キャベツ(愛媛･愛知･熊本･徳島･大分･香川) きゅうり(愛媛･高知･宮崎･熊本) ごぼう(岡山･青森･鹿児島) そら豆(愛媛) だいこん(長崎･香川･熊本･鹿児島･愛媛) さといも(宮崎) たまねぎ(愛媛･松山･北海道) 河内晩柑(愛媛) レモン(愛媛･広島) えのき茸(愛媛･宮崎･熊本) しめじ(香川･広島･福岡) たけのこ(愛媛) きくらげ(松山) しいたけ(三重) わかめ(宮城･岩手) くきわかめ(徳島) のり(香川) ひじき(松山) 緑茶(日本)

※（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。
黄（き）　･･･ 黄のグループ【熱や力のもとになる食品】
赤（あか）　･･･ 赤のグループ【血や筋肉や骨をつくる食品】
緑（みどり）･･･ 緑のグループ【からだの調子をととのえる食品】

味めぐり…日本の味めぐり献立
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/gakkoukyusyoku.html

＜松山市HP＞

出典：農林水産省　http://www.maff.go.jp/j/keikaku/syokubunka/k-ryouri/search-menu/index.html
使用イラスト：株式会社アドム「五訂版食品図鑑」