



# 令和2年6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！

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	
<b>1日 我が家の献立 優秀作品</b>  エネルギー たんぱく質 小 6.19kcal 2.8. 2g 中 7.75kcal 3.4. 9g	<b>2日</b>  エネルギー たんぱく質 小 5.90kcal 2.2. 5g 中 7.54kcal 2.8. 3g	<b>3日 行事食…入梅 (梅ごぼん)</b>  エネルギー たんぱく質 小 6.12kcal 2.6. 6g 中 7.70kcal 3.3. 6g	<b>4日</b>  エネルギー たんぱく質 小 6.41kcal 2.6. 2g 中 8.10kcal 3.2. 8g	<b>5日 味めぐり…千葉県</b>  エネルギー たんぱく質 小 6.65kcal 2.5. 0g 中 8.38kcal 3.0. 4g	
<b>8日</b>  エネルギー たんぱく質 小 6.25kcal 2.5. 3g 中 7.89kcal 3.1. 9g	<b>9日</b>  エネルギー たんぱく質 小 5.92kcal 2.4. 5g 中 7.82kcal 3.0. 3g	<b>10日</b>  エネルギー たんぱく質 小 6.31kcal 2.7. 2g 中 8.09kcal 3.3. 9g	<b>11日</b>  エネルギー たんぱく質 小 6.33kcal 2.7. 4g 中 7.87kcal 3.3. 9g	<b>12日</b>  エネルギー たんぱく質 小 6.62kcal 2.6. 0g 中 8.10kcal 3.0. 1g	
<b>15日</b>  エネルギー たんぱく質 小 6.52kcal 2.2. 6g 中 8.47kcal 2.8. 5g	<b>16日</b>  エネルギー たんぱく質 小 6.19kcal 2.6. 3g 中 7.82kcal 3.2. 6g	<b>17日</b>  エネルギー たんぱく質 小 6.43kcal 2.8. 6g 中 8.13kcal 3.5. 6g	<b>18日</b>  エネルギー たんぱく質 小 6.45kcal 2.7. 5g 中 8.10kcal 3.3. 8g	<b>19日 旬…じゃがいものどぼろ煮</b>  エネルギー たんぱく質 小 6.16kcal 2.2. 5g 中 7.84kcal 2.7. 8g	
<b>22日</b>  エネルギー たんぱく質 小 6.72kcal 2.9. 4g 中 8.36kcal 3.5. 7g	<b>23日</b>  エネルギー たんぱく質 小 6.17kcal 2.8. 0g 中 7.70kcal 3.4. 4g	<b>24日</b>  エネルギー たんぱく質 小 6.19kcal 2.3. 4g 中 7.66kcal 2.8. 2g	<b>25日</b>  エネルギー たんぱく質 小 6.32kcal 2.7. 4g 中 8.14kcal 3.4. 6g	<b>26日</b>  エネルギー たんぱく質 小 6.23kcal 2.4. 7g 中 8.14kcal 3.1. 5g	
<b>29日 繰替休業日</b>	<b>30日 どれたて感謝の日… 新たなまねぎのかき揚げ</b>  エネルギー たんぱく質 小 6.27kcal 2.2. 2g 中 7.83kcal 2.7. 3g	<div style="border: 2px solid orange; padding: 10px;"> <p style="text-align: center;"><b>ちばけん あじ 千葉県の味めぐり</b></p> <p>今日は、千葉県の味めぐりです。            千葉県では、昔から漁業がさかんに行われてきました。特に銚子や旭、九十九里などでは、いわしの水揚げ量が多いことで有名です。いわしは刺身や塩焼き、煮付け、佃煮のほか「なめろう」「つみれ汁」「さんが焼き」「かば焼き」などの様々な料理で食べられています。</p> </div>			<div style="border: 2px solid blue; border-radius: 50%; padding: 10px;"> <p style="text-align: center;">旬の魚・野菜・果物</p> </div>

牛肉(北海道・愛媛・九州) 豚肉(愛媛) 鶏肉(愛媛) ホキ(ニュージーランド) あじ(鳥取) いわし(日本) ししゃも(ヨーロッパ) えび(インドネシア) いか(ペルー・チリ) たこ(愛媛) 平天(北海道) 豆腐・あげ(カナダ・アメリカ) 大豆(北海道・秋田) 押もち麦(愛媛) キャベツ(愛媛・愛知・熊本・福岡・徳島) グリーンアスパラガス(愛媛・香川・熊本・長野) じゃがいも(長崎) たまねぎ(愛媛・松山) にんじん(徳島・長崎) きゅうり(愛媛・高知・宮崎・熊本) こまつな(愛媛・福岡・徳島) ごぼう(岡山) トマト(愛媛・宮崎・熊本・香川) えのきたけ(愛媛・宮崎・熊本) しめじ(香川・福岡) エリンギ(香川) しいたけ(九州) マッシュルーム(千葉) きくらげ(愛媛) たけのこ(愛媛) メロン(愛知・熊本・愛媛) 梅干し(和歌山) きわかめ(徳島・岩手) わかめ(宮城) ひじき(松山) 青のり(愛媛) のり(九州)

※ (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>