



# 令和4年1月 予定献立表



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
<b>10日</b> <p>せいじんひ <b>成人の日</b></p>	<b>11日</b> <p>ゆかりあえ ささみのホイルむし</p>	<b>12日</b> <p>ごまドレッシング サラダ</p>	<b>13日 行事食…正月(きんどん)</b> <p>きんどん</p>	<b>14日</b> <p>はれひめ しょうゆ ドレッシングサラダ</p>
<b>17日</b> <p>めひかりのフライ</p>	<b>18日</b> <p>はれひめ ほうれんそうの ナムル</p>	<b>19日</b> <p>フレンチサラダ</p>	<b>20日</b> <p>チーズ ホキの ケチャップいため</p>	<b>21日</b> <p>ポイル キャベツ</p>
<b>24日</b> <p>ひじき サラダ</p>	<b>25日 味めぐり…愛媛県</b> <p>なます せんざんき</p>	<b>26日</b> <p>ほうれんそうのおひたし さばのみそに</p>	<b>27日</b> <p>あまづつけ ぶたにくのカレーあげ</p>	<b>28日</b> <p>えひめけんさんこむぎこを ブレンドしたパンです。</p>
<b>31日</b> <p>とりにく あまからに</p>	<div style="border: 2px dashed black; padding: 10px;"> <p style="text-align: center;"><b>旬の魚・野菜・果物</b></p> <p>かに カリフラワー ほうかん ごぼう ブロccoli はれひめ</p> </div>			

牛肉(北海道・愛媛・九州) 豚肉(愛媛) 鶏肉(愛媛) かに(鳥取) めひかり(宮崎) たい(愛媛) いか(南米) ホキ(ニュージーランド) えび(インドネシア) 豆腐・厚揚げ(カナダ) あげ(カナダ・アメリカ・愛媛) 平天(北海道) 大豆(北海道) 小まつな(愛媛・福岡・徳島・鳥取) テンゲン菜(徳島・福岡・熊本) ほうれん草(愛媛・徳島) ブロccoli(愛媛・香川・徳島) カリフラワー(熊本・愛媛・徳島・岡山) ごぼう(北海道・青森・岡山) 白菜(愛媛) きゅうり(愛媛・高知・宮崎・熊本) じゃがいも(北海道・松山・愛媛・長崎) さつまいも(徳島・熊本・鹿児島・千葉) たまねぎ(北海道) たけのこ(愛媛) はれひめ(愛媛) ポンカン(愛媛) いちご(愛媛・熊本) きくらげ(愛媛) ひじき(松山) しいたけ(日本) わかめ(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。  
 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  
 …南調理場独自献立

※ 食材の都合で献立を変更することがあります。  
 ※ 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>