

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日						
<p>あじ とやまけん <b>味めぐり【富山県】</b></p> <p>今月の味めぐり献立は、『富山県』です。 『おすわい』は、せん切りにした大根やにんにんに、海産物などを加えて甘酢である料理です。 お正月に食べられる「なます」と同じもので、「お酢なえ」がなまって「おすわい」と呼ばれるようになりました。大根やにんにんの組み合わせは、紅白で華やかさがあるため、お正月やお祭りなどにかかせない、めでたい料理として親しまれています。 また、富山県では、鮭の養殖が盛んです。給食では、鮭をから揚げにしました。</p> 										
<p>しん さかな やさい くだもの <b>旬の魚・野菜・果物</b></p> 										
<p><b>1日 行事食…ひなまつり (ちらしずし、ひなあられ)</b></p>  <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 556kcal</td><td>23.5g</td></tr> <tr><td>中 729kcal</td><td>30.1g</td></tr> </table>					エネルギー	たんぱく質	小 556kcal	23.5g	中 729kcal	30.1g
エネルギー	たんぱく質									
小 556kcal	23.5g									
中 729kcal	30.1g									
<p><b>4日 愛媛FC応援給食</b> 栄養満点！鮭とじゃがいもの(中)デザート チーズがらめ</p>  <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 580kcal</td><td>23.3g</td></tr> <tr><td>中 773kcal</td><td>29.4g</td></tr> </table>					エネルギー	たんぱく質	小 580kcal	23.3g	中 773kcal	29.4g
エネルギー	たんぱく質									
小 580kcal	23.3g									
中 773kcal	29.4g									
<p><b>5日 行事食…卒業お祝い (赤飯)</b></p>  <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 601kcal</td><td>27.3g</td></tr> <tr><td>中 752kcal</td><td>33.6g</td></tr> </table>					エネルギー	たんぱく質	小 601kcal	27.3g	中 752kcal	33.6g
エネルギー	たんぱく質									
小 601kcal	27.3g									
中 752kcal	33.6g									
<p><b>6日 愛媛FC応援給食</b> 愛媛FCバス and シュートマト パスタ</p>  <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 574kcal</td><td>24.9g</td></tr> <tr><td>中 720kcal</td><td>30.1g</td></tr> </table>					エネルギー	たんぱく質	小 574kcal	24.9g	中 720kcal	30.1g
エネルギー	たんぱく質									
小 574kcal	24.9g									
中 720kcal	30.1g									
<p><b>7日</b></p>  <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 558kcal</td><td>25.3g</td></tr> <tr><td>中 713kcal</td><td>31.3g</td></tr> </table>					エネルギー	たんぱく質	小 558kcal	25.3g	中 713kcal	31.3g
エネルギー	たんぱく質									
小 558kcal	25.3g									
中 713kcal	31.3g									
<p><b>8日</b></p>  <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 592kcal</td><td>31.3g</td></tr> <tr><td>中 739kcal</td><td>39.0g</td></tr> </table>					エネルギー	たんぱく質	小 592kcal	31.3g	中 739kcal	39.0g
エネルギー	たんぱく質									
小 592kcal	31.3g									
中 739kcal	39.0g									
<p><b>11日</b></p>  <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 572kcal</td><td>23.8g</td></tr> <tr><td>中 726kcal</td><td>29.3g</td></tr> </table>					エネルギー	たんぱく質	小 572kcal	23.8g	中 726kcal	29.3g
エネルギー	たんぱく質									
小 572kcal	23.8g									
中 726kcal	29.3g									
<p><b>12日</b></p>  <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 626kcal</td><td>24.6g</td></tr> <tr><td>中 802kcal</td><td>30.6g</td></tr> </table>					エネルギー	たんぱく質	小 626kcal	24.6g	中 802kcal	30.6g
エネルギー	たんぱく質									
小 626kcal	24.6g									
中 802kcal	30.6g									
<p><b>13日</b></p>  <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 585kcal</td><td>20.0g</td></tr> <tr><td>中 736kcal</td><td>24.5g</td></tr> </table>					エネルギー	たんぱく質	小 585kcal	20.0g	中 736kcal	24.5g
エネルギー	たんぱく質									
小 585kcal	20.0g									
中 736kcal	24.5g									
<p><b>14日 味めぐり…富山県</b></p>  <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 572kcal</td><td>24.9g</td></tr> <tr><td>中 728kcal</td><td>30.9g</td></tr> </table>					エネルギー	たんぱく質	小 572kcal	24.9g	中 728kcal	30.9g
エネルギー	たんぱく質									
小 572kcal	24.9g									
中 728kcal	30.9g									
<p><b>15日</b></p>  <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 562kcal</td><td>24.6g</td></tr> <tr><td>中 713kcal</td><td>31.2g</td></tr> </table>					エネルギー	たんぱく質	小 562kcal	24.6g	中 713kcal	31.2g
エネルギー	たんぱく質									
小 562kcal	24.6g									
中 713kcal	31.2g									
<p><b>18日</b></p>  <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 596kcal</td><td>27.2g</td></tr> <tr><td>中 751kcal</td><td>34.3g</td></tr> </table>					エネルギー	たんぱく質	小 596kcal	27.2g	中 751kcal	34.3g
エネルギー	たんぱく質									
小 596kcal	27.2g									
中 751kcal	34.3g									
<p><b>19日 旬…鯛のごまだれ焼き</b></p>  <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 562kcal</td><td>26.4g</td></tr> <tr><td>中 715kcal</td><td>32.6g</td></tr> </table>					エネルギー	たんぱく質	小 562kcal	26.4g	中 715kcal	32.6g
エネルギー	たんぱく質									
小 562kcal	26.4g									
中 715kcal	32.6g									
<p>しんぶん ひ <b>春分の日</b></p>										
<p><b>20日</b></p>  <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 619kcal</td><td>25.4g</td></tr> <tr><td>中 756kcal</td><td>32.0g</td></tr> </table>					エネルギー	たんぱく質	小 619kcal	25.4g	中 756kcal	32.0g
エネルギー	たんぱく質									
小 619kcal	25.4g									
中 756kcal	32.0g									
<p><b>21日</b></p>  <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 643kcal</td><td>28.1g</td></tr> <tr><td>中 833kcal</td><td>35.9g</td></tr> </table>					エネルギー	たんぱく質	小 643kcal	28.1g	中 833kcal	35.9g
エネルギー	たんぱく質									
小 643kcal	28.1g									
中 833kcal	35.9g									
<p><b>22日</b></p>  <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 596kcal</td><td>27.2g</td></tr> <tr><td>中 751kcal</td><td>34.3g</td></tr> </table>					エネルギー	たんぱく質	小 596kcal	27.2g	中 751kcal	34.3g
エネルギー	たんぱく質									
小 596kcal	27.2g									
中 751kcal	34.3g									
<p><b>松山市学校給食の 今月の主な食品の予定産地</b></p> <p>豚肉(愛媛) 鶏肉(愛媛) たい(愛媛) たこ(愛媛) 鮭(北海道) いか(ペルー) ししゃも(ノルウェー) えび(インドネシア) ほたて(青森) 豆腐・あげ(カナダ・アメリカ) 愛媛・愛知・岐阜) ちくわ(アメリカ・インド) 大豆(北海道) 小豆(北海道) 里芋(愛媛) レモン(愛媛・広島) じゃがいも(北海道・長崎・愛媛・鹿児島) 白菜(長崎・徳島) 熊本・愛媛・鳥取・大分) キャベツ(松山・愛媛・愛知) こまつな(愛媛・福岡・徳島) 和歌山・広島・長崎) ほうれん草(愛媛・徳島・福岡) かぼちゃ(ニュージーランド・メキシコ・トンガ) マッシュルーム(千葉) たまねぎ(北海道) ごぼう(北海道・青森) たけのこ(愛媛) みつば(大分・高知・徳島) わかめ(宮城・岩手) 昆布(北海道) 清見タンゴール(愛媛) せとか(愛媛・松山) デコポン(愛媛・松山) しめじ(香川・福岡) しいたけ(三重) 押もち麦(愛媛) ひじき(松山)</p>										
<p>※ (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】</p> <p>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 …南調理場独自献立</p> <p>※ 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。 ※ 松山市の学校給食のホームページ…<a href="http://www.city.matsuyama.ehime.jp/kurashi/kosodate/kyuusyoku/gakkoukyusyoku.html">http://www.city.matsuyama.ehime.jp/kurashi/kosodate/kyuusyoku/gakkoukyusyoku.html</a></p>										



<松山市HP>