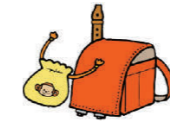




令和2年4月 予定献立表



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
旬の魚・野菜・果物				
福岡県の味めぐり 今年度も、日本各地の味めぐりです。今月は、福岡県の味めぐりです。「がめ煮」は福岡県の郷土料理です。がめ煮には、鶏肉やれんこん、ごぼう、にんじん、こんにやく、しいたけなど、いろいろな材料が使われます。そのため、博多地方の方言で「寄せ集める」という意味の「がめくりこむ」という言葉から、「がめ煮」という名前がついたといわれています。がめ煮は、正月やお祭り、結婚式などのお祝い事の時に、よく作られます。				
13日 旬…春キャベツのみそ汁 えびてん あまぎゆけ ごはん はるキャベツのみそ汁 エネルギー たんぱく質 小 611kcal 21.8g 中 790kcal 27.1g	14日 ひじき サラダ パン ミートスパゲティ きよみタンゴール エネルギー たんぱく質 小 642kcal 25.7g 中 806kcal 31.7g	15日 味めぐり…福岡県 さわらのたつたあげ こまつなのおひたし ごはん がめに エネルギー たんぱく質 小 635kcal 26.2g 中 804kcal 32.1g	16日 どれだて感謝の日…春キャベツのポトフ かいそうサラダ ひめむぎパン はるキャベツのポトフ だいちかりんとう エネルギー たんぱく質 小 618kcal 24.1g 中 770kcal 29.6g	17日 パンサンス のり ごはん あつあげのみそ汁 エネルギー たんぱく質 小 627kcal 25.2g 中 791kcal 30.9g
20日 きりぼしだいごんのうまに こざかな もちむぎごはん ちゅうかどんぶり(ぐ) エネルギー たんぱく質 小 631kcal 27.5g 中 819kcal 34.0g	21日 ゼリー サラダ こめこパン クリームスープ こにぼしのいそかあげ エネルギー たんぱく質 小 630kcal 25.3g 中 772kcal 31.2g	22日 行事食…入学・進級お祝い(松山餅) わかどりのこうみあげ まつやまし とうふじる エネルギー たんぱく質 小 615kcal 25.2g 中 783kcal 31.0g	23日 しょうゆドレッシング サラダ パン ボークビーンズ エネルギー たんぱく質 小 645kcal 27.7g 中 807kcal 34.0g	24日 さけのピリカラフル カラマンダリン ごはん さんさいうどん エネルギー たんぱく質 小 620kcal 26.4g 中 788kcal 33.6g
27日 いかのごまあげ レモンふうみづけ ごはん いそに エネルギー たんぱく質 小 651kcal 29.1g 中 827kcal 36.0g	28日 トマトソースに パン やさいたっぷりスープ ポイルやさい エネルギー たんぱく質 小 601kcal 28.3g 中 750kcal 34.4g	29日 しょうわ 昭和の日 エネルギー たんぱく質 小 671kcal 23.5g 中 852kcal 27.7g	30日 フレンチサラダ チーズ むぎごはん カレーライス(ルー) エネルギー たんぱく質 小 671kcal 23.5g 中 852kcal 27.7g	ご入学・ご進級 おめでとうございます

牛肉(北海道・愛媛・九州) 豚肉(愛媛) 鶏肉(愛媛) さけ(北海道) さわら(愛媛) たい(愛媛) えび(インドネシア) いか(ペルー・チリ) すり身(北海道) 豆腐・厚揚げ(カナダ・アメリカ) 大豆(北海道・愛知) 押しもち麦(愛媛) 青のり(愛媛) のり(三重) キャベツ(愛媛・熊本・松山・鹿児島・愛知) パセリ(香川・愛媛・徳島) レタス(愛媛・香川・徳島・兵庫) じゃがいも(北海道・鹿児島・長崎・愛媛) たまねぎ(北海道・愛媛) にんじん(鹿児島・徳島・長崎) きゅうり(愛媛・高知・宮崎) こまつな(愛媛・福岡・徳島) ごぼう(岡山・北海道・宮崎・青森・熊本) れんこん(佐賀) えのきたけ(愛媛・宮崎・熊本) しいたけ(北海道) きくらげ(愛媛) たけのこ(九州) カラマンダリン(愛媛) 清見タンゴール(愛媛) わかめ(宮城) ひじき(松山) ぜんまい(四国)

※ (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
 どれだて感謝の日…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>