

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日																														
<p>味のめぐり【大分県】</p> <p>あじ おおいだ けん 今月の味のめぐり献立は、『大分県』です。 大分県は、一世帯あたりの鶏肉の消費量が多いことで知られています。『とり天』は、鶏肉にしょうゆやんにんにくで下味をつけ、天ぷらにした郷土料理です。ポン酢や酢じょうゆなどをつけたり、かぼすの果汁をかけたりします。</p> 	<p>1日</p> <p>赤 フレンチサラダ</p> <p>黄 こめこパン イタリアンスパゲティ</p> <p>緑 マッシュルーム たまねぎ にんじん ピーマン きゅうり キャベツ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 613kcal</td><td>25.6g</td></tr> <tr><td>中 770kcal</td><td>31.8g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 613kcal	25.6g	中 770kcal	31.8g	<p>2日 行事食…ひなまつり (ちらしずし、ひなあられ)</p> <p>赤 キャベツのおひたし</p> <p>黄 ひなあられ ホキのいそべあげ</p> <p>緑 ちらしずし すましじる</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 589kcal</td><td>22.3g</td></tr> <tr><td>中 756kcal</td><td>28.9g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 589kcal	22.3g	中 756kcal	28.9g	<p>3日</p> <p>赤 こんぶサラダ</p> <p>黄 パン クリームスープ</p> <p>緑 だいずかりんとう</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 627kcal</td><td>25.4g</td></tr> <tr><td>中 779kcal</td><td>31.4g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 627kcal	25.4g	中 779kcal	31.4g	<p>4日 旬…三つ葉入りかき揚げ</p> <p>赤 ぎゅうにゅう ベーコン こんにゃく とうふ</p> <p>黄 パン じゃがいも さとう あぶら ごま だんご</p> <p>緑 しめじ たまねぎ にんじん コーン キャベツ きゅうり</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 745kcal</td><td>31.0g</td></tr> <tr><td>中 886kcal</td><td>33.5g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 745kcal	31.0g	中 886kcal	33.5g						
エネルギー	たんぱく質																																	
小 613kcal	25.6g																																	
中 770kcal	31.8g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 589kcal	22.3g																																	
中 756kcal	28.9g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 627kcal	25.4g																																	
中 779kcal	31.4g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 745kcal	31.0g																																	
中 886kcal	33.5g																																	
<p>7日 行事食…卒業祝い (赤飯)</p> <p>赤 デザート</p> <p>黄 たいのなんばんづけ</p> <p>緑 せきはん かきたまじる</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 719kcal</td><td>26.0g</td></tr> <tr><td>中 886kcal</td><td>32.0g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 719kcal	26.0g	中 886kcal	32.0g	<p>8日</p> <p>赤 チリコンカン</p> <p>黄 ひめむぎパン</p> <p>緑 せとか</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 637kcal</td><td>28.2g</td></tr> <tr><td>中 785kcal</td><td>34.8g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 637kcal	28.2g	中 785kcal	34.8g	<p>9日</p> <p>赤 きりぼしだいこんとひじきのもの</p> <p>黄 もちむぎごはん</p> <p>緑 ちゅうかどんぶり(ぐ)</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 609kcal</td><td>27.0g</td></tr> <tr><td>中 791kcal</td><td>34.4g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 609kcal	27.0g	中 791kcal	34.4g	<p>10日</p> <p>赤 かいそうサラダ</p> <p>黄 パン ビーフシチュー</p> <p>緑 トマトジュース トマトピューレー キャベツ だいこん</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 589kcal</td><td>22.0g</td></tr> <tr><td>中 752kcal</td><td>27.8g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 589kcal	22.0g	中 752kcal	27.8g	<p>11日 味のめぐり…大分県</p> <p>赤 かぼすあえ</p> <p>黄 とりてん</p> <p>緑 ごはん みそじる</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 624kcal</td><td>24.6g</td></tr> <tr><td>中 783kcal</td><td>31.1g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 624kcal	24.6g	中 783kcal	31.1g
エネルギー	たんぱく質																																	
小 719kcal	26.0g																																	
中 886kcal	32.0g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 637kcal	28.2g																																	
中 785kcal	34.8g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 609kcal	27.0g																																	
中 791kcal	34.4g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 589kcal	22.0g																																	
中 752kcal	27.8g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 624kcal	24.6g																																	
中 783kcal	31.1g																																	
<p>14日</p> <p>赤 いそあえ</p> <p>黄 さばのみそに</p> <p>緑 ごはん けんちんじる</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 647kcal</td><td>26.4g</td></tr> <tr><td>中 820kcal</td><td>33.4g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 647kcal	26.4g	中 820kcal	33.4g	<p>15日</p> <p>赤 ごまドレッシングサラダ</p> <p>黄 こくとうパン</p> <p>緑 カレーうどん</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 588kcal</td><td>23.6g</td></tr> <tr><td>中 757kcal</td><td>27.3g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 588kcal	23.6g	中 757kcal	27.3g	<p>16日</p> <p>赤 かふうサラダ</p> <p>黄 アーモンド</p> <p>緑 ごはん マーボー豆腐</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 650kcal</td><td>26.3g</td></tr> <tr><td>中 806kcal</td><td>32.0g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 650kcal	26.3g	中 806kcal	32.0g	<p>17日</p> <p>赤 じゃがいもといかのケチャップいため</p> <p>黄 チーズ</p> <p>緑 パン ビーフじり</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 628kcal</td><td>27.2g</td></tr> <tr><td>中 772kcal</td><td>32.8g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 628kcal	27.2g	中 772kcal	32.8g	<p>18日</p> <p>赤 おひたし</p> <p>黄 おこのみてん</p> <p>緑 ごはん こまつなのみそじる</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 659kcal</td><td>22.0g</td></tr> <tr><td>中 837kcal</td><td>27.2g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 659kcal	22.0g	中 837kcal	27.2g
エネルギー	たんぱく質																																	
小 647kcal	26.4g																																	
中 820kcal	33.4g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 588kcal	23.6g																																	
中 757kcal	27.3g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 650kcal	26.3g																																	
中 806kcal	32.0g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 628kcal	27.2g																																	
中 772kcal	32.8g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 659kcal	22.0g																																	
中 837kcal	27.2g																																	
<p>21日 春分の日</p> <p>旬の魚・野菜・果物</p> 	<p>22日</p> <p>赤 なつとう</p> <p>黄 ごまあえ</p> <p>緑 ごはん にくじゃが</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 637kcal</td><td>24.1g</td></tr> <tr><td>中 806kcal</td><td>29.8g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 637kcal	24.1g	中 806kcal	29.8g	<p>23日</p> <p>赤 さんしよくあえ</p> <p>黄 ししゃものカレーあげ</p> <p>緑 ごはん いそに</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 608kcal</td><td>24.4g</td></tr> <tr><td>中 788kcal</td><td>31.2g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 608kcal	24.4g	中 788kcal	31.2g	<p>24日</p> <p>赤 とりにくのトマトソースに</p> <p>黄 ミネストローネ</p> <p>緑 デコボン</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 631kcal</td><td>31.7g</td></tr> <tr><td>中 791kcal</td><td>40.5g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 631kcal	31.7g	中 791kcal	40.5g	<p>令和4年度より、新しい調理場になります！ 44年間稼働した垣生調理場は、3月で幕を閉じます。4月からは新しい調理場からお届けします！</p>  <p>これからもおいしく食べて元気な身体をつくってね。</p>												
エネルギー	たんぱく質																																	
小 637kcal	24.1g																																	
中 806kcal	29.8g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 608kcal	24.4g																																	
中 788kcal	31.2g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 631kcal	31.7g																																	
中 791kcal	40.5g																																	

牛肉(北海道・愛媛・九州地方) 豚肉(愛媛) 鶏肉(愛媛) さば(日本) たい(愛媛) いか(南米) たこ(愛媛) ホキ(ニュージーランド) えび(インドネシア) ししゃも(ノルウェー) 豆腐・あげ(カナダ・アメリカ) すり身(北海道) ちくわ(インド) 大豆(北海道) 小豆(北海道) 里芋(大分) ひじき(松山) わかめ(日本) じゃがいも(長崎・北海道・愛媛・鹿児島) こまつな(愛媛・福岡・徳島) チンゲン菜(徳島・愛媛・福岡・香川・大分) ほうれん草(愛媛・徳島) みつば(大分・高知・徳島) キャベツ(松山・愛媛・愛知・熊本) かぼす(大分) たまねぎ(北海道・愛媛) だいこん(長崎・熊本・大分・香川・鹿児島・徳島・宮崎) 清見タンゴール(愛媛) デコボン(愛媛) きくらげ(愛媛) マッシュルーム(千葉) たけのこ(愛媛) れんこん(徳島) しいたけ(長野)

※(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】

味のめぐり…日本の味のめぐり献立
 旬…旬の食材を生かした献立

※月に2回程度みかんジュースがつきます。
 ※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>