

令和7年5月予定献立表

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日	
<p>あじ ぐん まけん 味めぐり【群馬県】</p> <p>群馬県は、小麦の生産が盛んであることから、小麦粉を使用した郷土料理が多くあります。その代表的な料理が『おきりこみ』です。小麦粉で作られた幅広い麺を切り込みながら鍋に入れ、野菜やきのこなどと一緒に煮込みます。</p> <p>『上州きんぴら』は、昭和58年に開催された「あかぎ国体」の時に、特産品のこんにやくなどを使って考案された郷土料理です。群馬県の山をイメージして太く切ったごぼうを入れるのが特長です。</p>									
<p>旬の魚・野菜・果物</p> <p>しゅん さかな やさいくだもの</p> <p>かつお えんどうまめ しんちゃ たまねぎ かわちばんかん にら そらまめ</p>									
<p>1日</p> <p>ごはん フレンチサラダ コーンピラフ チャウダー</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 571kcal 23.1g 中 721kcal 28.1g</p>									
<p>2日 行事食…八十八夜(茶飯)</p> <p>ごまあえ 「りょう」でくぼる</p> <p>こいわしのフライ</p> <p>ちやめし にゆうめん</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 559kcal 20.4g 中 716kcal 24.7g</p>									
<p>5日</p> <p>こどもの日</p>									
<p>6日</p> <p>ふりかえきゆうじつ 振替休日</p>									
<p>7日</p> <p>ぶたにくとじゃがいものいためもの</p> <p>もちむぎごはん おやこんぶり(く)</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 575kcal 26.6g 中 739kcal 33.8g</p>									
<p>8日</p> <p>パン チリコンカン</p> <p>かわちばんかん ミネストローネ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 591kcal 28.8g 中 734kcal 35.7g</p>									
<p>9日</p> <p>旬…えんどうごはん</p> <p>あまぎづけ</p> <p>とりにくのからあげ えんどう ごはん わかたけしる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 607kcal 24.0g 中 762kcal 29.6g</p>									
<p>12日</p> <p>いそあえ</p> <p>とりにくのてりやき</p> <p>ごはん ごもく カレーいため</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 592kcal 28.2g 中 747kcal 34.5g</p>									
<p>13日</p> <p>パンサンスー</p> <p>えびのこみあげ</p> <p>ごはん にらたまスープ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 566kcal 24.8g 中 721kcal 28.1g</p>									
<p>14日</p> <p>旬…そら豆のかき揚げ</p> <p>ポイルやさい</p> <p>そらまめのかき揚げ</p> <p>ごはん ぶたじる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 568kcal 21.1g 中 724kcal 25.4g</p>									
<p>15日</p> <p>チーズ かいそう サラダ</p> <p>こめパン</p> <p>イタリアンスパゲッティ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 612kcal 26.7g 中 730kcal 33.0g</p>									
<p>16日</p> <p>ちぎりじゃこてん</p> <p>ごはん さわにわん</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 560kcal 22.0g 中 750kcal 30.2g</p>									
<p>19日</p> <p>チキンチキン ごぼう</p> <p>わかめごはん けんちよう</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 629kcal 27.1g 中 805kcal 33.4g</p>									
<p>20日</p> <p>きりほしだいごんのちゅうかサラダ</p> <p>ごはん こうやどうふのちゅうかいため</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 559kcal 22.6g 中 723kcal 28.1g</p>									
<p>21日</p> <p>レモンふみづけ</p> <p>さけのしおこじやき</p> <p>ごはん ごもくに</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 601kcal 31.6g 中 757kcal 39.7g</p>									
<p>22日</p> <p>ひじき サラダ</p> <p>パン</p> <p>じゃがいものベーコンに アーモンドいりこ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 582kcal 23.3g 中 731kcal 28.4g</p>									
<p>23日</p> <p>とれたて感謝の日…新たまねぎのみそ汁</p> <p>チンゲンサイのおひたし</p> <p>ふたにくのかりんあげ</p> <p>もちむぎごはん しんたまねぎのみそ汁</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 579kcal 23.3g 中 736kcal 28.4g</p>									
<p>26日</p> <p>ヨーグルト きわかめのサラダ</p> <p>ごはん ドライカレー(ルウ)</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 629kcal 26.0g 中 829kcal 32.7g</p>									
<p>27日</p> <p>ごまドレッシング サラダ</p> <p>パン</p> <p>だいろかりんとう ようふうにこみ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 573kcal 27.3g 中 727kcal 33.6g</p>									
<p>28日</p> <p>味めぐり…群馬県</p> <p>しそひじき</p> <p>ごはん おきりこみ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 565kcal 23.1g 中 714kcal 28.5g</p>									
<p>29日</p> <p>フルーツあえ</p> <p>パン</p> <p>ホキのレモンに クリームスープ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 635kcal 27.7g 中 779kcal 34.2g</p>									
<p>30日</p> <p>アーモンドあえ</p> <p>ぶたにくのしょうがやき</p> <p>ごはん すましじる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 589kcal 28.2g 中 757kcal 35.3g</p>									

松山市学校給食の 今月の主な食品の予定産地

豚肉・鶏肉(愛媛) いわし(香川) ホキ(ニュージーランド) えび(インドネシア) 豆腐・あげ(カナダ・栃木・岐阜・アメリカ) 魚そうめん・すりみ・平天(北海道) 大豆(北海道) 押もち麦(愛媛) じゃがいも(長崎・鹿児島・愛媛) こまつな(愛媛・福岡・徳島・茨城) チンゲン菜(徳島・福岡・愛媛) にら(高知・宮崎・長崎) にんじん(徳島・熊本・長崎) えんどう豆(愛媛・和歌山) キャベツ(愛媛・愛知・熊本・徳島・大分・香川) きゅうり(愛媛・高知・宮崎・熊本) ごぼう(岡山・青森・鹿児島) そら豆(愛媛) だいこん(長崎・香川・熊本・鹿児島・愛媛) さといも(宮崎) たまねぎ(愛媛・松山・北海道) 河内晩柑(愛媛) レモン(愛媛・広島) えのき茸(愛媛・宮崎・熊本) しめじ(香川・広島・福岡) たけのこ(愛媛) きくらげ(松山) しいたけ(三重) わかめ(宮城・岩手) きわかめ(徳島) のり(香川) ひじき(松山) 緑茶(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。

黄(き) … 黄のグループ【熱や力のもとになる食品】

赤(あか) … 赤のグループ【血や筋肉や骨をつくる食品】

緑(みどり) … 緑のグループ【からだの調子をととのえる食品】

味めぐり…日本の味めぐり献立

とれたて感謝の日…松山産の食材を生かした献立

😊 … 契約農家の野菜を使ったメニュー(食品は太字)

※ 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。

※ 松山市学校給食のホームページ … <http://www.city.matsuyama.ehime.jp/kurashi/kosodate/kyuusyoku/gakkoukyuusyoku.html>

QRコード: 松山市HP