

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			
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 20%;"> <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で煮込みます。</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> </div> <div style="width: 20%;"> <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> </div> </div>											
<p>5日</p> <p>こどもの日</p>		<p>6日</p> <p>振りかえきゆうじつ 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 もちむぎごはん おやこどんぶり(く)</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 57.5kcal 26.6g 中 73.9kcal 33.8g</p>		<p>8日</p> <p>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 57.1kcal 23.1g 中 72.1kcal 28.1g</p>		<p>9日</p> <p>ごま もちむぎ さとう あぶら じゃがいも</p> <p>ぎゅうにゅう たまご とりこ ぶたにく ぶたにく</p> <p>ねぎ しいたけ にんじん たまねぎ ピーマン にんにく</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 59.1kcal 28.8g 中 73.4kcal 35.7g</p>		<p>10日</p> <p>ごま じゃがいも マカロニ あぶら</p> <p>ぎゅうにゅう ベーコン とりこ だいず ぶたにく</p> <p>にんじん トマト キャベツ パセリ セロリ</p> <p>たまねぎ エリンギ かわちばんかん</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 59.1kcal 28.8g 中 73.4kcal 35.7g</p>	
<p>12日</p> <p>いそあえ とりこにのてりやき 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 59.2kcal 28.2g 中 74.7kcal 34.5g</p>		<p>13日</p> <p>パンサンスー えびのこみあげ ごはん にらたま スープ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 56.6kcal 24.8g 中 72.1kcal 28.1g</p>		<p>14日</p> <p>旬…そら豆のかき揚げ ポイルやさい そらまめのかき揚げ ごはん ぶたじる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 56.8kcal 21.1g 中 72.4kcal 25.4g</p>		<p>15日</p> <p>チーズ かいそう サラダ こめこパン イタリアン スパゲッティ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 61.2kcal 26.7g 中 73.0kcal 33.0g</p>		<p>16日</p> <p>ちぎり じゃこてん ごはん さわにわん</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 56.0kcal 22.0g 中 75.0kcal 30.2g</p>			
<p>19日</p> <p>チキンチキン ごぼう わかめごはん けんちよう</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 62.9kcal 27.1g 中 80.5kcal 33.4g</p>		<p>20日</p> <p>きりほしだいごんの ちゅうかサラダ 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 55.9kcal 22.6g 中 72.3kcal 28.1g</p>		<p>21日</p> <p>レモンふみづけ さけのしおこじやき ごはん ごもくに</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 60.1kcal 31.6g 中 75.7kcal 39.7g</p>		<p>22日</p> <p>ひじき サラダ パン 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 58.2kcal 23.3g 中 73.1kcal 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 チンゲンサイのおひたし ぶたにくのかりんあげ もちむぎ ごはん しんたまねぎの みそしる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 57.9kcal 23.3g 中 73.6kcal 28.4g</p>			
<p>26日</p> <p>ヨーグルト きわかめの サラダ ごはん ドライカレー (ルウ)</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 62.9kcal 26.0g 中 82.9kcal 32.7g</p>		<p>27日</p> <p>ごまドレッシング サラダ パン だいずかりんとう ようふう にこみ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 57.3kcal 27.3g 中 72.7kcal 33.6g</p>		<p>28日</p> <p>味めぐり…群馬県 しそひじき じょうしゅう きんぴら ごはん おきりこみ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 56.5kcal 23.1g 中 71.4kcal 28.5g</p>		<p>29日</p> <p>フルーツあえ パン クリームスープ ホキのレモンに</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 63.5kcal 27.7g 中 77.9kcal 34.2g</p>		<p>30日</p> <p>アーモンドあえ ぶたにくのしょうがやき ごはん すましじる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 58.9kcal 28.2g 中 75.7kcal 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) だいご(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。
 ※ 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>

