



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	
<p>旬の魚・野菜・果物</p> <p>たい 春キャベツ パセリ さやえんどう わかめ レタス カラマンダリン たけのこ</p>		<p>福岡県の味めぐり</p> <p>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。</p>			
<p>13日 旬…春キャベツのみそ汁</p> <p>みそ あげ えび すりみ こめ じゃがいも さとう でんぶ (中)クレープ ねぎ たまねぎ にんじん キャベツ グリーンピース きゅうり だいこん</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 611kcal 21.8g 中 885kcal 28.3g</p>	<p>14日</p> <p>きよみタンゴール わかどりのあまからに ごはん やさいたっぷりスープ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 644kcal 24.6g 中 812kcal 30.1g</p>	<p>15日 味めぐり…福岡県</p> <p>さわらのたつたあげ ごはん がめに</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 635kcal 26.2g 中 804kcal 32.1g</p>	<p>9日</p> <p>あげじゃが きんぴら ことうパン とうふのごもくあんかけ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 641kcal 28.3g 中 795kcal 36.0g</p>	<p>10日</p> <p>あおなの にびたし ごはん にくじゃが</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 604kcal 20.4g 中 806kcal 28.2g</p>	
<p>20日</p> <p>きりぼしだいこんのうまに もちむぎごはん ちゅうかどんぶり(ぐ)</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 613kcal 25.0g 中 801kcal 31.5g</p>	<p>21日</p> <p>こぎかな コーン サラダ チキン蒲焼 クリームスープ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 596kcal 21.4g 中 752kcal 25.6g</p>	<p>22日</p> <p>いかのからあげ ごはん いそに</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 639kcal 28.7g 中 811kcal 35.5g</p>	<p>16日 どれたて感謝の日…春キャベツのポトフ</p> <p>かいそう サラダ ひめむぎパン はるキャベツのポトフ だいずかりんとう</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 602kcal 24.7g 中 756kcal 30.8g</p>	<p>17日</p> <p>パンサンス ごはん あつあけのみそいため</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 627kcal 25.2g 中 791kcal 30.9g</p>	
<p>27日 行事食…入学・進級祝い(松山産)</p> <p>わかどりのこうみあげ ポイルキャベツ まつやまずし とうふじる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 625kcal 25.8g 中 797kcal 31.8g</p>	<p>28日</p> <p>ひじき サラダ パン ミートスパゲティ こにぼしのいそかけ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 646kcal 27.5g 中 820kcal 34.3g</p>	<p>29日</p> <p>しょうわ ひ 昭和の日</p>		<p>23日</p> <p>いちごゼリー しょうゆドレッシング サラダ パン ポークビーンズ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 684kcal 27.7g 中 846kcal 34.0g</p>	<p>24日</p> <p>さけのピリカラフル ごはん さんさいうどん</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 620kcal 26.4g 中 789kcal 33.6g</p>
<p>30日</p> <p>フレンチ サラダ チーズ むぎごはん カレーライス(ルー)</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 671kcal 22.6g 中 853kcal 27.7g</p>					
<p>18日</p> <p>ぎゅうにゅう わかめ ふたにく のり とりにく あげどうふ ウイナー だいず パン あぶら さとう じゃがいも くるざとう でんぶ ごまあぶら</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 604kcal 20.4g 中 806kcal 28.2g</p>					
<p>19日</p> <p>ぎゅうにゅう さわら ちくわ とりにく とりにく こんぶ こめ さとう あぶら こんにやく でんぶ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 641kcal 28.3g 中 795kcal 36.0g</p>					
<p>25日</p> <p>ぎゅうにゅう わかめ ふたにく のり とりにく あげどうふ みそ はるさめ こめ こんにやく あぶら さとう ごまあぶら</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 627kcal 25.2g 中 791kcal 30.9g</p>					
<p>26日</p> <p>ぎゅうにゅう わかめ ふたにく のり とりにく あげ たまご じゃがいも いか だいず こめ こんにやく あぶら さとう こむぎこ にんじん しょうが きゅうり キャベツ レモン</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 684kcal 27.7g 中 846kcal 34.0g</p>					
<p>31日</p> <p>ぎゅうにゅう たい たまご とりにく わかめ とうふ こめ さとう あぶら こむぎこ にんじん たまねぎ ごぼう パセリ たけのこ キャベツ しいたけ さやえんどう ねぎ えのきたけ</p>					

ご入学・ご進級
おめでとうございます



松山市学校給食の 今月の主な食品の予定産地

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(松山) 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】
 ☺ … 松山とれたて食品を使った料理(食材は空白にしています)

味めぐり…日本の味めぐり
旬…旬の食材を生かした献立
とれたて感謝の日…松山産の食材を生かした献立
☺ …三津浜独自献立の日

※ 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>