



# 令和3年4月 予定献立表



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
<div data-bbox="406 288 686 347" data-label="Section-Header">旬の魚・野菜・果物</div> <div data-bbox="182 347 937 586" data-label="Image"> </div>				
<div data-bbox="1484 288 1694 328" data-label="Section-Header">佐賀県の味めぐり</div> <div data-bbox="1021 347 1945 586" data-label="Text"> <p>「だぶ」は、唐津市でお祝いなどの時に、集落の人が共同で作ってきた郷土料理です。一度にたくさん作る汁物で、煮崩れしやすい材料は使わず、水を多く入れて「ざぶざぶ」作ることから、「だぶ」と呼ばれるようになりました。</p> <p>また、佐賀県北西部の港町である呼子という地域では、海の幸がよく獲れます。特に、いろいろな種類の「いか」が年中水揚げされます。天日干しの「いか」は、四季を通じた呼子の風景となっています。</p> </div> <div data-bbox="1945 328 2114 586" data-label="Image"> </div>				
<div data-bbox="140 606 392 944" data-label="Complex-Block"> <p>12日</p> <p>きりぼしだいごんのにもの</p> <p>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 610kcal 25.7g 中 783kcal 32.3g</p> </div>	<div data-bbox="406 606 658 944" data-label="Complex-Block"> <p>13日</p> <p>チーズ フルーツソース</p> <p>コーンピラフ やさいたっぷりスープ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 651kcal 29.0g 中 818kcal 36.3g</p> </div>	<div data-bbox="672 606 923 944" data-label="Complex-Block"> <p>14日</p> <p>かぼちゃとにぼしのかきあげ</p> <p>ごはん こうやどろふのちゅうかいだめ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 659kcal 25.0g 中 849kcal 31.2g</p> </div>	<div data-bbox="937 606 1190 944" data-label="Complex-Block"> <p>15日</p> <p>さわらのからあげ</p> <p>いそあえ</p> <p>ごはん さんさいうどん</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 609kcal 26.8g 中 770kcal 33.2g</p> </div>	<div data-bbox="1204 606 1456 944" data-label="Complex-Block"> <p>16日</p> <p>どれだて感謝の日…春キャベツのポトフ</p> <p>いちごジャム ドレッシングサラダ</p> <p>パン はるキャベツのポトフ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 637kcal 25.2g 中 792kcal 29.8g</p> </div>
<div data-bbox="140 954 392 1292" data-label="Complex-Block"> <p>19日</p> <p>コーンサラダ</p> <p>もちむぎごはん カレー(ルー)</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 650kcal 22.8g 中 843kcal 32.8g</p> </div>	<div data-bbox="406 954 658 1292" data-label="Complex-Block"> <p>20日</p> <p>旬…ひじきのいために</p> <p>ひじき (中)なつとう</p> <p>ごはん にくじゃが</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 626kcal 23.7g 中 832kcal 32.2g</p> </div>	<div data-bbox="672 954 923 1292" data-label="Complex-Block"> <p>21日</p> <p>わかめごはん</p> <p>ちゅうかスープ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 611kcal 21.4g 中 803kcal 26.3g</p> </div>	<div data-bbox="937 954 1190 1292" data-label="Complex-Block"> <p>22日</p> <p>のりのつくねあげ</p> <p>だいのすもの</p> <p>ごはん はるキャベツのみそしる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 635kcal 21.8g 中 806kcal 26.5g</p> </div>	<div data-bbox="1204 954 1456 1292" data-label="Complex-Block"> <p>23日</p> <p>ひじきサラダ</p> <p>こめパン</p> <p>クリームシチュー オムレツ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 647kcal 30.4g 中 808kcal 38.1g</p> </div>
<div data-bbox="140 1302 392 1640" data-label="Complex-Block"> <p>26日</p> <p>味めぐり…佐賀県</p> <p>いかのてんぷら</p> <p>さんしよくあえ</p> <p>ごはん だぶ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 595kcal 24.8g 中 767kcal 31.6g</p> </div>	<div data-bbox="406 1302 658 1640" data-label="Complex-Block"> <p>27日</p> <p>行事食…入学・進級お祝い(松山餅)</p> <p>わかどりのからあげ</p> <p>キャベツのおひたし</p> <p>まつやますし すまじる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 611kcal 26.0g 中 784kcal 32.9g</p> </div>	<div data-bbox="672 1302 923 1640" data-label="Complex-Block"> <p>28日</p> <p>イタリアンサラダ</p> <p>パン</p> <p>ミートスパゲティ</p> <p>カラマンダリン</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 656kcal 26.9g 中 812kcal 32.0g</p> </div>	<div data-bbox="1750 1411 2029 1500" data-label="Section-Header">しょうわひ 昭和の日</div>	
<div data-bbox="140 1650 392 1878" data-label="Complex-Block"> <p>29日</p> <p>きりぼしだいごんのちゅうかサラダ</p> <p>ごはん ぶたにくのみそいため</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 631kcal 27.4g 中 790kcal 33.0g</p> </div>	<div data-bbox="406 1650 658 1878" data-label="Complex-Block"> <p>30日</p> <p>きりぼしだいごんのちゅうかサラダ</p> <p>ごはん ぶたにくのみそいため</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 631kcal 27.4g 中 790kcal 33.0g</p> </div>	<div data-bbox="672 1650 923 1878" data-label="Complex-Block"> <p>31日</p> <p>きりぼしだいごんのちゅうかサラダ</p> <p>ごはん ぶたにくのみそいため</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 631kcal 27.4g 中 790kcal 33.0g</p> </div>	<div data-bbox="937 1650 1190 1878" data-label="Complex-Block"> <p>31日</p> <p>きりぼしだいごんのちゅうかサラダ</p> <p>ごはん ぶたにくのみそいため</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 631kcal 27.4g 中 790kcal 33.0g</p> </div>	<div data-bbox="1204 1650 1456 1878" data-label="Complex-Block"> <p>31日</p> <p>きりぼしだいごんのちゅうかサラダ</p> <p>ごはん ぶたにくのみそいため</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 631kcal 27.4g 中 790kcal 33.0g</p> </div>

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・鹿児島・宮崎・香川) 豚肉(愛媛) 鶏肉(愛媛) さわか(長崎) ホキ(ニュージーランド) むきえび(インドネシア) いか(中南米) すり身(北海道) 豆腐・あげ(カナダ) 押しもち麦(愛媛) じゃがいも(北海道・鹿児島・長崎・愛媛) たまねぎ(松山) パセリ(香川・愛媛・徳島) にんじん(徳島・鹿児島・長崎) ねぎ(香川・愛媛・高知・徳島・熊本) ピーマン(宮崎・高知・熊本・鹿児島) ほうれん草(愛媛・徳島・福岡) こまつな(愛媛・徳島・福岡) しょうが(高知・熊本) 新キャベツ(松山・愛媛・熊本・鹿児島・福岡・愛知) レタス(愛媛・香川・岡山・徳島・兵庫) ごぼう(岡山・宮崎・青森・熊本・鹿児島・北海道) 清見タンゴール(愛媛) カラマンダリン(愛媛) えのき(愛媛・宮崎・長野) しめじ(香川・福岡) ひじき(松山)

※ (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(食材は太字にしています)

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>