

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
<p>味のめぐり【兵庫県】</p> <p>今月の味のめぐり献立は、『兵庫県』です。 ズワイガニは、山陰では「松葉ガニ」と呼ばれています。 松葉ガニと呼ばれる理由は、「カニを茹でるとき燃料に松の葉を使ったから」 「カニの身を水につけると松葉のように広がるから」などの説があります。 松葉ガニは、日本海に面した兵庫県の但馬地域の特産品です。 給食では、『かにたま汁』にカニを使用しています。</p> 				
<p>6日</p> <p>さけのレモン汁 ごはん とうふのごもくあんかけ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 6.15kcal 30.6g 中 7.84kcal 37.9g</p>	<p>7日</p> <p>しょうゆドレッシングサラダ パン クリームシチュー くろみいりだいずいりこ(小・中のみ)</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 5.94kcal 26.5g 中 7.44kcal 32.7g</p>	<p>8日</p> <p>旬…さわらの香味揚げ ポイルやさい さわらのくろみあげ ごこまいいりごはん ちゃんこなべ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 5.80kcal 25.4g 中 7.38kcal 31.4g</p>	<p>9日</p> <p>とれたて感謝の日…いよかん いよかん ごはん ビーフンじる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 5.94kcal 22.9g 中 7.72kcal 29.1g</p>	<p>10日</p> <p>ゆずふうみづけ いかにてんぷら ごはん いそに</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 5.86kcal 28.7g 中 7.54kcal 36.2g</p>
<p>13日</p> <p>きんぴら ホキのからあげ ごはん はくさいのみそしる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 5.82kcal 26.1g 中 7.40kcal 32.0g</p>	<p>14日</p> <p>かいそうサラダ パン カレービーンズ いちご</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 6.20kcal 28.7g 中 7.73kcal 35.3g</p>	<p>15日</p> <p>ビビンバ(く) もちむぎごはん ちゅうかスープ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 5.58kcal 23.4g 中 7.27kcal 30.1g</p>	<p>16日</p> <p>愛媛FC応援給食 絶頂かつ(タイカツ)バーガー たまごなしタルタルソース キャベツのカーレソテー パン コーンスープ タイカツ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 6.51kcal 31.2g 中 7.64kcal 37.4g</p>	<p>17日</p> <p>愛媛FC応援給食 豪華おどり!さけの祭も楽しみ おひたし のり ぶたにくのころもあげ さばのたきこみごはん みそしる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 5.81kcal 29.6g 中 7.39kcal 37.0g</p>
<p>20日</p> <p>ホキのオランダあげ コーンピラフ やさしいたっぷりスープ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 5.80kcal 25.5g 中 7.51kcal 32.5g</p>	<p>21日</p> <p>ヨーグルト とりにくのトマトソース パン ミネストローネ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 6.08kcal 30.9g 中 7.59kcal 39.4g</p>	<p>22日</p> <p>味のめぐり…兵庫県 かきあげ わかめごはん かにたま汁</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 5.80kcal 21.2g 中 7.40kcal 25.9g</p>	<p>23日</p> <p>てん のう たん じょう び 天皇誕生日</p>	
<p>27日</p> <p>なつとう ごますあえ ごはん じゃがいものそぼろに</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 5.94kcal 24.7g 中 7.46kcal 29.1g</p>	<p>28日</p> <p>くきわかめのサラダ パン ワンタンスープ かぼちゃとごぼろのあけに</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 5.82kcal 24.6g 中 7.26kcal 30.3g</p>	<p>節分の日に豆をまくのはなぜ?</p> <p>節分とは、二十四節気のひとつである立春の前日に鬼を追い払い新年を迎える行事のことをいいます。 節分には、「鬼は外、福は内」と豆をまいて、邪気を祓った後に、年齢の数だけ豆を食べて、1年の幸せを祈るといわれています。</p> <p>旬の魚・野菜・果物</p> <p>しゅん さかな やさい くだもの ぶり いわし しまつな キウイフルーツ さわら いよかん せとか いちご(ハウス)</p>		

松山市学校給食の今日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) さわら(愛媛) いわし(北海道) 鮭(北海道) さば(日本) ホキ(ニュージーランド) えび(インドネシア) 鯛(愛媛) かに(日本) 豆腐・あげ(カナダ・アメリカ・日本) 平天(北海道) 大豆(北海道) 押もち麦(愛媛) ひじき(松山) じゃがいも(北海道・鹿児島・長崎・愛媛・松山) こまつな(愛媛・福岡・徳島・長崎) キャベツ(松山・愛媛・愛知) チンゲン菜(徳島・福岡・愛媛) 里芋(大分) かぼちゃ(中南米・ニュージーランド) たけのこ(愛媛) ほうれん草(愛媛・徳島) ごぼう(北海道・青森・岡山) いちご(愛媛) いよかん(松山) せとか(愛媛) ゆず(高知) れんこん(徳島) しめじ(香川・福岡) しいたけ(徳島・長崎・栃木・岩手) マッシュルーム(千葉) きくらげ(愛媛) わかめ(宮城・岩手・韓国・徳島) くきわかめ(徳島)

※ (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)

※ エネルギー・たんぱく質の値は、日本食品標準成分表2020年版(Ⅰ訂)に基づいて算出しています。

※ 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。また、不明な点がございましたら、学校を通して担当調理場にご相談ください。
※ 松山市の学校給食のホームページ… <http://www.city.matsuyama.ehime.jp/kurashi/kosodate/kyuusoku/gakkoukyusoku.html>

＜松山市HP＞