

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
-----	-----	-----	-----	-----

ご入学・ご進級  
おめでとうございます！

**味のめぐり【神奈川県】**

今月の味のめぐり献立は、『神奈川県』です。  
 神奈川県の郷土料理である『けんちん汁』は、大根やにんじんなどの野菜を油で炒めてから、だし汁を加え煮込む料理です。  
 中国の精進料理である「けんちゃん」が日本語になったという説や、鎌倉の建長寺で作られる「建長汁」が「けんちん汁」と呼ばれるようになったという説があります。

**旬の魚・野菜・果物**

<p><b>10日</b></p> <p>しぎょうしき <b>始業式</b></p> <p>エネルギー たんぱく質 小 606kcal 25.0g 中 771kcal 31.0g</p>	<p><b>11日</b></p> <p>チーズ ホキのピリカラフル</p> <p>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 606kcal 25.0g 中 771kcal 31.0g</p>	<p><b>12日</b> とれたて感謝の日 …春キャベツのポトフ</p> <p>パン コーン サラダ</p> <p>はるキャベツのポトフ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 568kcal 23.6g 中 712kcal 29.1g</p>	<p><b>13日</b></p> <p>しそひじきあえ</p> <p>さばのみぞれに</p> <p>ごはん はるキャベツのみそ汁</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 548kcal 23.0g 中 709kcal 28.6g</p>	<p><b>14日</b></p> <p>ドレッシングサラダ</p> <p>ひめむぎパン 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 590kcal 26.4g 中 749kcal 32.8g</p>
<p><b>17日</b></p> <p>チキンピラフ</p> <p>ごはん サラダ</p> <p>クリームシチュー</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 575kcal 20.1g 中 731kcal 24.9g</p>	<p><b>18日</b> とれたて感謝の日…磯煮</p> <p>すだちふうみづけ</p> <p>いかのからあげ</p> <p>ごはん いそに</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 585kcal 29.5g 中 747kcal 36.4g</p>	<p><b>19日</b></p> <p>こざかな カラフルナムル</p> <p>ごはん どうふのごもくあんかけ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 560kcal 25.8g 中 716kcal 32.3g</p>	<p><b>20日</b> 味のめぐり…神奈川県</p> <p>あまづづけ</p> <p>ぶたにくのカレーあげ</p> <p>ごはん けんちんじる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 626kcal 25.7g 中 799kcal 32.5g</p>	<p><b>21日</b></p> <p>ジャム ホキのチリソース</p> <p>パン</p> <p>ちゅうかスープ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 612kcal 25.9g 中 761kcal 32.1g</p>
<p><b>24日</b></p> <p>(中)なっとう</p> <p>あおなの にびたし</p> <p>もちむぎ ごはん</p> <p>じゃがいもの そぼろに</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 571kcal 24.2g 中 772kcal 33.6g</p>	<p><b>25日</b> 行事食…入学・進級お祝い(松山餅)</p> <p>とりにくの からあげ</p> <p>まつやまずし</p> <p>とうふじる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 608kcal 25.9g 中 768kcal 32.4g</p>	<p><b>26日</b></p> <p>はるキャベツの サラダ</p> <p>パン</p> <p>ポークビーンズ</p> <p>きよみタンゴール</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 614kcal 28.8g 中 768kcal 35.5g</p>	<p><b>27日</b></p> <p>キャベツのおひたし</p> <p>かきあげ</p> <p>ごこまいり ごはん</p> <p>わかめ うどん</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 607kcal 21.5g 中 761kcal 26.5g</p>	<p><b>28日</b></p> <p>しょうゆドレッシング サラダ</p> <p>もちむぎ ごはん</p> <p>カレーライス(ルー)</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 581kcal 20.1g 中 739kcal 24.2g</p>

豚肉(愛媛) 鶏肉(愛媛) さば(岩手) ホキ(オーストラリア) えび(インドネシア) いか(中南米) 豆腐・厚揚げ・あげ(カナダ・アメリカ) かまぼこ・平天(北海道・ロシア・米国) 大豆(北海道・愛知) 昆布(北海道) ひじき(松山)

松山市学校給食の 今月の主な食品の予定産地

たまねぎ(松山・北海道・愛媛) キャベツ(松山・愛媛・熊本・鹿児島・愛知・徳島) パセリ(香川・愛媛・徳島) じゃがいも(北海道・鹿児島・長崎) こまつな(愛媛・福岡・徳島) チンゲン菜(徳島・福岡・愛媛) たけのこ(愛媛) にんじん(徳島・鹿児島・長崎) ごぼう(岡山・宮崎・青森・熊本・北海道) 白菜(長崎・熊本・大分・徳島) えのきたけ(愛媛・宮崎) エリンギ(香川・福岡・広島) カラマンダリン(愛媛) 清見タンゴール(愛媛・松山) マッシュルーム(千葉) きくらげ(愛媛) わかめ(宮城)

※ (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)

味のめぐり…日本の味のめぐり献立

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

週に1回程度みかんジュースが付きます。

※ 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。

松山市の学校給食のホームページ…<http://www.city.matsuyama.ed.jp/kurashi/kosodate/kyuusyoku/gakkoukyusyoku.html>

出典：農林水産省 [https://www.maff.go.jp/j/keikaku/syokubunka/k\\_ryouru/search\\_menu/index.html](https://www.maff.go.jp/j/keikaku/syokubunka/k_ryouru/search_menu/index.html)

使用イラスト：株式会社アトム「5訂版食品図鑑」

