B班

令和３年４月 予定献立表

松山市新玉学校給食共同調理場

旬の魚・野菜・果物

佐賀県の味めぐり

「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。
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。

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日

9日

エネルギー	たんぱく質
小 ５９８kcal	１９．３ｇ
中 ７５５kcal	２３．３ｇ

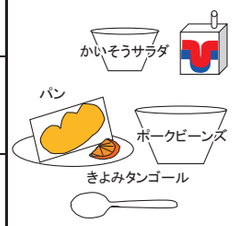
赤：ぎゅうにゅう、チーズ、ぎゅうにく、わかめ
黄：こめ、あぶら、くろざとう、じゃがいも、さとう
緑：にんじん、にんにく、トマトピューレー、トマト、たまねぎ、キャベツ、こまつな

12日

エネルギー	たんぱく質
小 ６５０kcal	２９．４ｇ
中 ８１３kcal	３６．６ｇ

赤：ぎゅうにゅう、ぶたにく、チーズ、とりにく、ホキ
黄：こめ、あぶら、いんげんまめ、でんぷん、さとう
緑：コーン、エリンギ、たまねぎ、かぼちゃ、にんじん、りんご、パセリ、レモン、セロリ、レタス、グリンピース

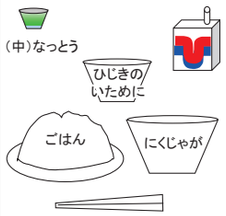
13日



エネルギー	たんぱく質
小 ６７１kcal	２８．５ｇ
中 ８３５kcal	３５．２ｇ

赤：ぎゅうにゅう、ベーコン、わかめ、だいず、ぶたにく
黄：パン、さとう、あぶら、くろざとう、じゃがいも、ごまあぶら
緑：たまねぎ、コーン、にんじん、にんにく、キャベツ、きゅうり、トマトピューレー、きよみタンゴール

14日 旬…ひじきのいために



エネルギー	たんぱく質
小 ６２３kcal	２２．４ｇ
中 ８２９kcal	３０．５ｇ

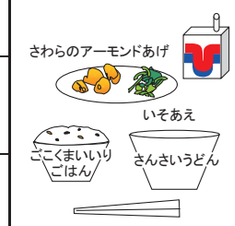
赤：ぎゅうにゅう、ぎゅうにく、なっとう、ひじき、あげどうふ
黄：こめ、あぶら、さとう、こんにゃく、じゃがいも
緑：にんじん、えだまめ、たまねぎ、さやいんげん

15日

エネルギー	たんぱく質
小 ６４６kcal	２５．２ｇ
中 ８２２kcal	３０．８ｇ

赤：ぎゅうにゅう、とうふ、にぼし、ぶたにく、ちくわ
黄：こめ、こめこ、でんぷん、さとう、あぶら、こむぎこ
緑：もやし、かぼちゃ、きくらげ、しょうが、たけのこ、にんじん、たまねぎ、チンゲンサイ、さやいんげん

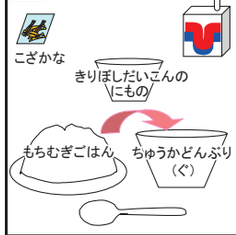
16日



エネルギー	たんぱく質
小 ６０８kcal	２６．５ｇ
中 ７６８kcal	３２．９ｇ

赤：ぎゅうにゅう、かまぼこ、のり、とりにく、さわら
黄：こめ、さとう、はだかむぎ、うどん、もちむぎ、こむぎこ、くろまい、あぶら、あかまい、アーモンド、みどりまい、でんぷん、こめこ
緑：にんじん、ねぎ、しめじ、キャベツ、たけのこ、ぜんまい、ほうれんそう

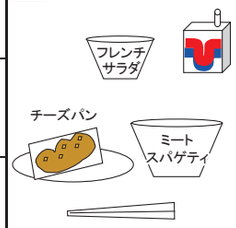
19日



エネルギー	たんぱく質
小 ６１０kcal	２８．２ｇ
中 ７７９kcal	３４．９ｇ

赤：ぎゅうにゅう、ぶたにく、あげ、えび、にぼし、とりにく
黄：こめ、じゃがいも、もちむぎ、でんぷん、さとう、あぶら
緑：ねぎ、たけのこ、にんじん、えだまめ、しょうが、ごぼう、しいたけ、キャベツ、たまねぎ、きりぼしだいこん

20日



エネルギー	たんぱく質
小 ６７４kcal	２８．３ｇ
中 ８５６kcal	３５．８ｇ

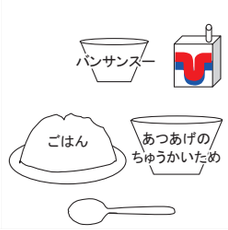
赤：ぎゅうにゅう、チーズ、ぶたにく、だいず、ぎゅうにく
黄：パン、あぶら、さとう、スパゲティ
緑：にんじん、レモン、たまねぎ、コーン、キャベツ、きゅうり、グリンピース、マッシュルーム、ピーマン

21日 味めぐり…佐賀県

エネルギー	たんぱく質
小 ５８２kcal	２４．９ｇ
中 ７４９kcal	３１．７ｇ

赤：ぎゅうにゅう、とりにく、たまご、ぼうてん、いか
黄：こめ、あぶら、さとう、でんぷん、こんにゃく、こめこ、さといも、こむぎこ
緑：れんこん、こまつな、きょうねぎ、にんじん、ごぼう、しいたけ、しょうが、キャベツ

22日



エネルギー	たんぱく質
小 ６０１kcal	２２．７ｇ
中 ７６８kcal	２８．７ｇ

赤：ぎゅうにゅう、ぶたにく、あげどうふ
黄：こめ、はるさめ、でんぷん、ごまあぶら、さとう、あぶら、ごま
緑：きくらげ、キャベツ、しょうが、たけのこ、きゅうり、ピーマン、にんじん、たまねぎ

23日 行事食…入学・進級お祝い（松山鮓）

エネルギー	たんぱく質
小 ６０４kcal	２６．３ｇ
中 ７６３kcal	３４．２ｇ

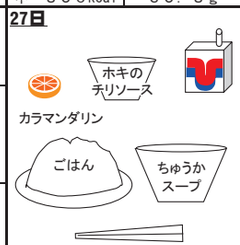
赤：ぎゅうにゅう、たい、とりにく、わかめ、とうふ
黄：こめ、さとう、でんぷん、あぶら
緑：たけのこ、たまねぎ、ごぼう、しょうが、にんじん、キャベツ、しいたけ、ねぎ、しめじ、さやいんげん

26日

エネルギー	たんぱく質
小 ６３４kcal	２３．８ｇ
中 ８２３kcal	３０．２ｇ

赤：ぎゅうにゅう、チーズ、とりにく、ひじき
黄：こめ、さとう、もちむぎ、くろざとう、あぶら、じゃがいも
緑：にんにく、グリンピース、にんじん、たまねぎ、こまつな、キャベツ、えだまめ

27日



エネルギー	たんぱく質
小 ６３３kcal	２３．１ｇ
中 ８００kcal	２８．４ｇ

赤：ぎゅうにゅう、とりにく、ホキ、ぶたにく、だいず
黄：こめ、はるさめ、ごまあぶら、じゃがいも、でんぷん、さとう、あぶら
緑：にんじん、しょうが、もやし、にんにく、ねぎ、きょうねぎ、たまねぎ、たけのこ、エリンギ、カラマンダリン

28日 とれたて感謝の日…春キャベツのみそ汁

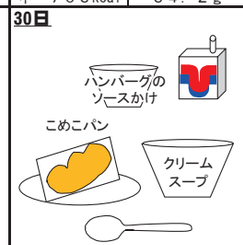
エネルギー	たんぱく質
小 ６３４kcal	２１．８ｇ
中 ８０５kcal	２６．５ｇ

赤：ぎゅうにゅう、みそ、だいず、あげ、たまご、すりみ、のりのつくだに
黄：こめ、あぶら、さといも、ごま、こむぎこ、さとう
緑：ねぎ、きゅうり、えのきたけ、だいこん、キャベツ、きくらげ、たまねぎ、にんじん

29日

昭和の日

30日



エネルギー	たんぱく質
小 ６６４kcal	３０．２ｇ
中 ８２５kcal	３７．７ｇ

赤：ぎゅうにゅう、とりにく、ベーコン、ぶたにく
黄：こめこパン、あぶら、じゃがいも、でんぷん、さとう
緑：たまねぎ、キャベツ、パセリ、にんじん、マッシュルーム

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) さわら(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) 押もち麦(愛媛) じゃがいも(北海道･鹿児島･長崎･愛媛)
たまねぎ(北海道･愛媛･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】

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

※ 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