

令和5年2月 予定献立表

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日																														
あじ　　ひょう　　こ　　けん 味のめぐり【兵庫県】 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。																																		
6日 <table> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 57.4kcal</td><td>25.6g</td></tr> <tr><td>中 74.3kcal</td><td>32.3g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 57.4kcal	25.6g	中 74.3kcal	32.3g	7日 <table> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 61.5kcal</td><td>30.6g</td></tr> <tr><td>中 78.4kcal</td><td>37.9g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 61.5kcal	30.6g	中 78.4kcal	37.9g	8日 <table> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 59.3kcal</td><td>26.5g</td></tr> <tr><td>中 74.4kcal</td><td>35.5g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 59.3kcal	26.5g	中 74.4kcal	35.5g	9日 <table> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 56.1kcal</td><td>22.7g</td></tr> <tr><td>中 72.7kcal</td><td>28.7g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 56.1kcal	22.7g	中 72.7kcal	28.7g	10日 <table> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 54.6kcal</td><td>23.4g</td></tr> <tr><td>中 69.7kcal</td><td>29.4g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 54.6kcal	23.4g	中 69.7kcal	29.4g
エネルギー	たんぱく質																																	
小 57.4kcal	25.6g																																	
中 74.3kcal	32.3g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 61.5kcal	30.6g																																	
中 78.4kcal	37.9g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 59.3kcal	26.5g																																	
中 74.4kcal	35.5g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 56.1kcal	22.7g																																	
中 72.7kcal	28.7g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 54.6kcal	23.4g																																	
中 69.7kcal	29.4g																																	
13日 <table> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 65.4kcal</td><td>22.8g</td></tr> <tr><td>中 83.1kcal</td><td>28.8g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 65.4kcal	22.8g	中 83.1kcal	28.8g	14日 <table> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 58.5kcal</td><td>28.6g</td></tr> <tr><td>中 75.3kcal</td><td>36.1g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 58.5kcal	28.6g	中 75.3kcal	36.1g	15日 <table> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 64.8kcal</td><td>31.2g</td></tr> <tr><td>中 76.0kcal</td><td>37.3g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 64.8kcal	31.2g	中 76.0kcal	37.3g	16日 <table> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 58.1kcal</td><td>29.6g</td></tr> <tr><td>中 73.9kcal</td><td>37.0g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 58.1kcal	29.6g	中 73.9kcal	37.0g	17日 <table> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 54.0kcal</td><td>28.5g</td></tr> <tr><td>中 67.3kcal</td><td>35.3g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 54.0kcal	28.5g	中 67.3kcal	35.3g
エネルギー	たんぱく質																																	
小 65.4kcal	22.8g																																	
中 83.1kcal	28.8g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 58.5kcal	28.6g																																	
中 75.3kcal	36.1g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 64.8kcal	31.2g																																	
中 76.0kcal	37.3g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 58.1kcal	29.6g																																	
中 73.9kcal	37.0g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 54.0kcal	28.5g																																	
中 67.3kcal	35.3g																																	
20日 <table> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 57.0kcal</td><td>21.1g</td></tr> <tr><td>中 72.7kcal</td><td>25.7g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 57.0kcal	21.1g	中 72.7kcal	25.7g	21日 <table> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 57.8kcal</td><td>25.0g</td></tr> <tr><td>中 73.5kcal</td><td>30.9g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 57.8kcal	25.0g	中 73.5kcal	30.9g	22日 <table> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 63.5kcal</td><td>28.9g</td></tr> <tr><td>中 78.3kcal</td><td>35.4g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 63.5kcal	28.9g	中 78.3kcal	35.4g	23日	24日 <table> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 56.3kcal</td><td>19.0g</td></tr> <tr><td>中 71.8kcal</td><td>23.1g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 56.3kcal	19.0g	中 71.8kcal	23.1g						
エネルギー	たんぱく質																																	
小 57.0kcal	21.1g																																	
中 72.7kcal	25.7g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 57.8kcal	25.0g																																	
中 73.5kcal	30.9g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 63.5kcal	28.9g																																	
中 78.3kcal	35.4g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 56.3kcal	19.0g																																	
中 71.8kcal	23.1g																																	
27日 <table> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 55.8kcal</td><td>24.3g</td></tr> <tr><td>中 71.2kcal</td><td>29.7g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 55.8kcal	24.3g	中 71.2kcal	29.7g	28日 <table> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 59.5kcal</td><td>24.7g</td></tr> <tr><td>中 74.8kcal</td><td>29.2g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 59.5kcal	24.7g	中 74.8kcal	29.2g	節分の日																				
エネルギー	たんぱく質																																	
小 55.8kcal	24.3g																																	
中 71.2kcal	29.7g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 59.5kcal	24.7g																																	
中 74.8kcal	29.2g																																	

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。
※赤黄緑※
(あか) … 赤のグループ【血や筋肉や骨をつくる食べ物】
(き) … 黄のグループ【熱や力のもととなる食べ物】
(みどり) … 緑のグループ【からだの調子をととのえる食べ物】
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(8訂)に
基づいて算出しています。

味めぐり…日本の味めぐり献立
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

- ※ 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/kyuusyoku/gakkoukyusyoku.html>



<松山市HP>