

# 令和6年4月予定献立表

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日					
<div style="border: 2px solid pink; padding: 10px; display: inline-block;"> <p>にゅうがく しんきゅう <b>ご入学・ご進級 おめでとうございます!</b></p>  </div>									
<p><b>9日</b></p> <p>のり ホキのからあげ</p> <p>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 611kcal 31.3g 中 781kcal 38.9g</p>	<p>ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく ホキ</p> <p>こめ あぶら さとう でんぶん</p> <p>もやし ねぎ しょうが たまねぎ にんじん たけのこ きくらげ</p> <p>赤 黄 緑</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 607kcal 28.4g 中 758kcal 35.2g</p>	<p><b>10日</b></p> <p>フレンチ サラダ</p> <p>こめコパン クリーム シチュー</p> <p>きなこまめ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 607kcal 28.4g 中 758kcal 35.2g</p>	<p>ぎゅうにゅう とうにゅう だいず たりにく きなこ</p> <p>こめコパン あぶら じゃがいも さとう くらざとう</p> <p>しめじ グリーンピース にんじん たまねぎ きゅうり キャベツ みかんジュース</p> <p>赤 黄 緑</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 565kcal 20.4g 中 714kcal 25.0g</p>	<p><b>11日</b></p> <p>カラマンダリン</p> <p>かきあげ</p> <p>もちむぎ ごはん</p> <p>わかめうどん</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 597kcal 27.8g 中 750kcal 34.2g</p>					
<p><b>15日</b> 味めぐり…愛媛県</p> <p>キャベツのおひたし</p> <p>たいのからあげ</p> <p>たけのこ ごはん とうふじる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 559kcal 25.7g 中 711kcal 32.2g</p>	<p>ぎゅうにゅう あげ とりにく とうふ</p> <p>こめ さとう あぶら でんぶん こむぎこ えだまめ たけのこ しいたけ ねぎ</p> <p>キャベツ にんじん</p> <p>赤 黄 緑</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 580kcal 24.8g 中 758kcal 31.7g</p>	<p><b>16日</b> とれたて感謝の日…磯煮</p> <p>すだちふうみづけ</p> <p>ししやものからあげ (小)2び(中)3び</p> <p>ごはん いそに</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 580kcal 24.8g 中 758kcal 31.7g</p>	<p>ぎゅうにゅう ひらてん あげ ひじき とりにく らつししやも(か'り)</p> <p>こめ こむぎこ でんぶん さとう にんにやく</p> <p>さいやいんげん にんじん きゅうり すだち キャベツ</p> <p>赤 黄 緑</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 613kcal 27.9g 中 781kcal 34.7g</p>	<p><b>17日</b></p> <p>チーズ はるキャベツの サラダ</p> <p>ひめむぎパン ミート スパゲティ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 613kcal 27.9g 中 781kcal 34.7g</p>	<p>ぎゅうにゅう だいず ぶたにく チーズ</p> <p>ひめむぎパン あぶら さとう スパゲティ</p> <p>マッシュルーム にんじん ピーマン たまねぎ きゅうり キャベツ</p> <p>赤 黄 緑</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 570kcal 23.1g 中 765kcal 31.9g</p>	<p><b>18日</b></p> <p>あつあげと あおなの にびたし</p> <p>ごはん じゃがいもの そばろに</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 570kcal 23.1g 中 765kcal 31.9g</p>	<p>ぎゅうにゅう ぶたにく あげどうふ (中)なつとう</p> <p>こめ あぶら さとう でんぶん じゃがいも グリーンピース にんじん たまねぎ こまつな ねぎ キャベツ えのきたけ</p> <p>赤 黄 緑</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 609kcal 26.4g 中 780kcal 31.5g</p>	<p><b>19日</b></p> <p>きよみ タンゴール</p> <p>チキンチキン ごぼう</p> <p>ごはん ワンタン スープ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 609kcal 26.4g 中 780kcal 31.5g</p>	<p>ぎゅうにゅう ぶたにく たりにく</p> <p>こめ さとう ごまあぶら ワンタン でんぶん あぶら もやし ごぼう こまつな ねぎ にんじん はくさい しょうが きよみタンゴール</p> <p>赤 黄 緑</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 609kcal 26.4g 中 780kcal 31.5g</p>
<p><b>22日</b></p> <p>にくだんごの あまずに</p> <p>いろどりごはん やさいたつぶり スープ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 580kcal 23.2g 中 729kcal 30.0g</p>	<p>ぎゅうにゅう ベーコン とりにく ぶたにく</p> <p>こめ あぶら いんげんまめ でんぶん さとう ラード</p> <p>かぼちゃ しょうが にんにく えだまめ パセリ セロリ キャベツ たまねぎ</p> <p>赤 黄 緑</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 561kcal 21.3g 中 728kcal 26.4g</p>	<p><b>23日</b></p> <p>すもの さばのしょうがに</p> <p>ごはん みそしる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 561kcal 21.3g 中 728kcal 26.4g</p>	<p>ぎゅうにゅう みそ あげ さば わかめ とうふ</p> <p>じゃがいも でんぶん さとう</p> <p>ねぎ にんじん キャベツ しょうが だいこん きゅうり</p> <p>赤 黄 緑</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 620kcal 23.5g 中 785kcal 27.9g</p>	<p><b>24日</b></p> <p>こぎかな コーン サラダ</p> <p>もちむぎ ごはん カレーライス (ルー)</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 620kcal 23.5g 中 785kcal 27.9g</p>	<p>ぎゅうにゅう とりにく にぼし</p> <p>こめ さとう でんぶん</p> <p>もちむぎ くらざとう あぶら じゃがいも</p> <p>にんにく えだまめ にんじん たまねぎ こまつな キャベツ コーン</p> <p>赤 黄 緑</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 599kcal 23.0g 中 729kcal 31.2g</p>	<p><b>25日</b> 行事食…入学・進級お祝い (松山鮓)</p> <p>しそひじきあえ</p> <p>とりにくのからあげ</p> <p>まつやまずし すましじる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 599kcal 23.0g 中 729kcal 31.2g</p>	<p>ぎゅうにゅう たい とうふ とりにく こめ さとう ふ でんぶん あぶら</p> <p>しいたけ たけのこ ごぼう にんじん さいやいんげん ねぎ しめじ</p> <p>赤 黄 緑</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 606kcal 28.1g 中 775kcal 36.1g</p>	<p><b>26日</b> とれたて感謝の日 …春キャベツのポトフ</p> <p>しょうゆ ドレッシング サラダ</p> <p>こくとうパン はるキャベツの ポトフ</p> <p>いかのからあげ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 606kcal 28.1g 中 775kcal 36.1g</p>	<p>ぎゅうにゅう ポークウィンナー わかめ こくとうパン さとう じゃがいも あぶら こむぎこ でんぶん パセリ セロリ キャベツ にんじん たまねぎ だいこん こまつな</p> <p>赤 黄 緑</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 606kcal 28.1g 中 775kcal 36.1g</p>
<p><b>令和6年度も食材価格高騰分を 松山市が負担し、 児童生徒の給食費は据え置きます</b></p> <p>近年の物価高騰により、学校給食用食材も値上がりしていますが、松山市が値上がり分を負担し、保護者の皆様の経済的負担を増やすことなく、栄養バランスと量が保たれた給食を引き続き提供します。</p>									
<p><b>30日</b></p> <p>きよみ タンゴール</p> <p>とりにくの トマトソースに</p> <p>えびピラフ ミネストローネ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 575kcal 25.8g 中 729kcal 32.8g</p>	<p>ぎゅうにゅう えび ベーコン とりにく</p> <p>こめ あぶら じゃがいも マカロニ さとう</p> <p>えだまめ にんじん たまねぎ セロリ パセリ キャベツ きよみタンゴール</p> <p>赤 黄 緑</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 575kcal 25.8g 中 729kcal 32.8g</p>	<p>あじ えびめけん <b>味めぐり【愛媛県】</b></p> <p>『たけのこご飯』は、旬のたけのこを使った春の代表的な料理です。愛媛県で栽培されるたけのこは、ほとんどが孟宗竹という品種で、松山市湯山地区で採れるものが有名です。昔、宮本作右衛門という人が京都から持ち帰って植えたのが始まりといわれています。新鮮なものは、身がやわらかくえぐみが少なく、甘みのあるうま味と、シャキシャキした歯ごたえが特徴です。</p> 			<p>しゅん さかな やさい くだもの <b>旬の魚・野菜・果物</b></p> <p>たい さやえんどう パセリ わかめ</p> <p>はるキャベツ レタス たけのこ カラマンダリン きよみタンゴール</p>				

松山市学校給食の  
今月の主な食品の予定産地

豚肉・鶏肉(愛媛) たい(愛媛) さば(ノルウェー) ホキ(ニュージーランド) ししやも(アイスランド) いか(ペルー・チリ) えび(インドネシア) 豆腐・厚揚げ(カナダ・愛知) あげ(カナダ・アメリカ) 平天(北海道・アメリカ) 大豆(北海道) 押しもち麦(愛媛) ひじき(松山) のり(佐賀) じゃがいも(北海道・鹿児島・長崎・愛媛) こまつな(愛媛・福岡・徳島・広島・茨城) キャベツ(愛媛・熊本・徳島・愛知・鹿児島・松山) きゅうり(愛媛・高知・宮崎・熊本) たまねぎ(松山・北海道・愛媛) にんじん(徳島・鹿児島・長崎) ごぼう(岡山・宮崎・青森・北海道・熊本) だいこん(熊本・長崎・香川・大分・徳島・鹿児島・福岡) パセリ(香川・徳島・愛媛) 清見タンゴール(愛媛) カラマンダリン(愛媛) えのき茸(愛媛・宮崎) しめじ(香川・福岡) たけのこ(愛媛) しいたけ(三重) きくらげ(愛媛) マッシュルーム(千葉) わかめ(宮城) こんぶ(北海道)

※ (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品】  
黄(き) … 黄のグループ【熱や力のもとになる食品】  
緑(みどり) … 緑のグループ【からだの調子をととのえる食品】

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。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。  
※ 松山市学校給食のホームページ … <http://www.city.matsuyama.ehime.jp/kurashi/kosodate/kyuusyoku/gakkoukyuusyoku.html>

出典:農林水産省 <http://www.maff.go.jp/j/keikaku/syokubunka/k-ryouri/search-menu/index.html>  
使用イラスト:株式会社アドム「五訂版食品図鑑」

<松山市HP>