番町小
味酒小
八坂小
新玉小
城西中

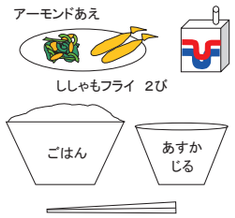
B班

令和６年１２月予定献立表

松山市新玉学校給食共同調理場

月曜日

2日

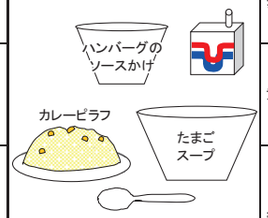


エネルギー	たんぱく質
小　５８９kcal	２２．５g
中　７５０kcal	２８．６g

赤：ぎゅうにゅう　とりにく　とうふ　とうにゅう　みそ　カラフトししゃも(カペリン)
黄：こめ　こめこ　あぶら　こむぎこ　パンこ　でんぷん　とうきびこ　さとう　アーモンド
緑：ねぎ　にんじん　しいたけ　はくさい　こまつな　キャベツ

火曜日

3日

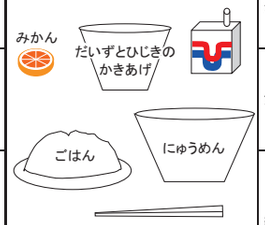


エネルギー	たんぱく質
小　５７９kcal	２５．２g
中　７２９kcal	３０．６g

赤：ぎゅうにゅう　とりにく　ぶたにく　たまご
黄：こめ　あぶら　じゃがいも　でんぷん　さとう　ラード
緑：にんじん　たまねぎ　しめじ　ほうれんそう　グリンピース

水曜日

4日

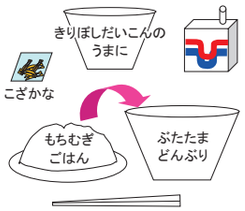


エネルギー	たんぱく質
小　５６３kcal	１７．０g
中　７１５kcal	２０．６g

赤：ぎゅうにゅう　かまぼこ　だいず　たまご　ひじき　にぼし
黄：こめ　こむぎこ　あぶら　そうめん
緑：ねぎ　しいたけ　だいこん　にんじん　たまねぎ　コーン　みかん

木曜日

5日

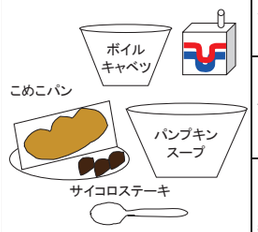


エネルギー	たんぱく質
小　５８３kcal	２８．６g
中　７５０kcal	３５．６g

赤：ぎゅうにゅう　たまご　ひらてん　ぶたにく　あげ　とりにく　にぼし
黄：こめ　もちむぎ　さとう　こんにゃく　じゃがいも　あぶら
緑：ねぎ　しいたけ　にんじん　たまねぎ　えだまめ　ごぼう　きりぼしだいこん

金曜日

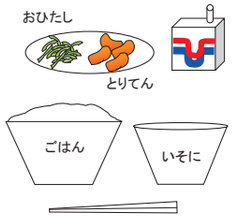
6日



エネルギー	たんぱく質
小　６１８kcal	３１．１g
中　７７５kcal	３８．９g

赤：ぎゅうにゅう　とうにゅう　ぎゅうにく　だいず　ベーコン
黄：こめこパン　じゃがいも　さとう　あぶら
緑：たまねぎ　キャベツ　かぼちゃ　パセリ　にんじん　しょうが　レモン　にんにく

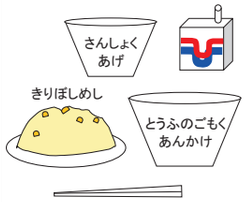
9日



エネルギー	たんぱく質
小　５９３kcal	２６．１g
中　７５９kcal	３２．２g

赤：ぎゅうにゅう　ひらてん　あげ　だいず　ひじき　とりにく　たまご
黄：こめ　あぶら　さとう　こんにゃく　こむぎこ
緑：にんじん　にんにく　しょうが　こまつな　はくさい　さやいんげん

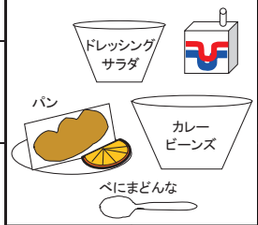
10日



エネルギー	たんぱく質
小　６１３kcal	２５．７g
中　７７８kcal	３１．７g

赤：ぎゅうにゅう　こんぶ　あげ　とりにく　とうふ　ぶたにく　えび
黄：こめ　さとう　あぶら　でんぷん　こむぎこ
緑：しめじ　もやし　えだまめ　たまねぎ　にんじん　たけのこ　しょうが　はくさい　こまつな　きくらげ　さやいんげん　かぼちゃ　きりぼしだいこん

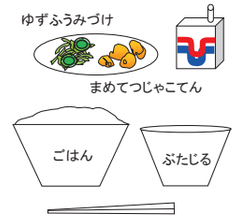
11日



エネルギー	たんぱく質
小　６１８kcal	２８．９g
中　７７３kcal	３５．５g

赤：ぎゅうにゅう　ぶたにく　だいず
黄：パン　あぶら　さとう　くろざとう　じゃがいも
緑：たまねぎ　コーン　にんじん　えだまめ　にんにく　キャベツ　きゅうり　べにまどんな

12日



エネルギー	たんぱく質
小　５７７kcal	２２．０g
中　７３４kcal	２７．２g

赤：ぎゅうにゅう　ぶたにく　みそ　たまご　だいず　すりみ　ひじき　わかめ　とうふ　じゃこすりみ
黄：こめ　ごま　さといも　さとう　あぶら　こむぎこ
緑：ねぎ　ゆず　もやし　たまねぎ　にんじん　きゅうり　かぶ　はくさい　ごぼう　えだまめ

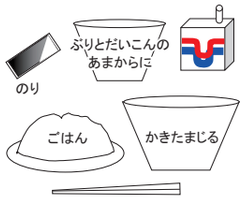
13日

エネルギー	たんぱく質
小　６０８kcal	２６．８g
中　７６１kcal	３２．８g

赤：ぎゅうにゅう　とうにゅう　だいず　とりにく　にぼし　こんぶ
黄：パン　ごまあぶら　あぶら　さとう　さといも　アーモンド　さつまいも　くろざとう　いんげんまめ
緑：えだまめ　しめじ　にんじん　たまねぎ　コーン　きゅうり　キャベツ

16日

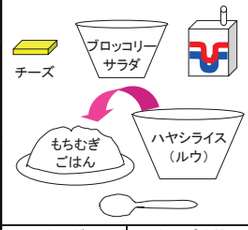
旬…ぶりとだいこんのあまからに



エネルギー	たんぱく質
小　５８３kcal	２４．５g
中　７３７kcal	２９．９g

赤：ぎゅうにゅう　たまご　のり　とうふ　ぶり
黄：こめ　でんぷん　あぶら　さとう
緑：ねぎ　えのきだけ　たまねぎ　にんじん　しょうが　だいこん

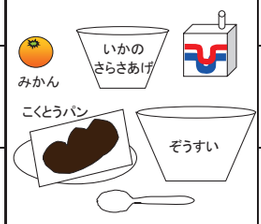
17日



エネルギー	たんぱく質
小　６１０kcal	２１．１g
中　７６２kcal	２４．９g

赤：ぎゅうにゅう　ぶたにく　ぎゅうにく　チーズ
黄：こめ　さとう　もちむぎ　くろざとう　あぶら　じゃがいも
緑：たまねぎ　コーン　にんじん　にんにく　キャベツ　グリンピース　ブロッコリー　トマトピューレー

18日

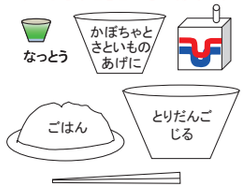


エネルギー	たんぱく質
小　６４１kcal	２９．６g
中　８０５kcal	３６．８g

赤：ぎゅうにゅう　とりにく　あげ　いか
黄：こくとうパン　こめ　あぶら　でんぷん
緑：ねぎ　かぶ　にんじん　しいたけ　はくさい　しょうが　みかん

19日

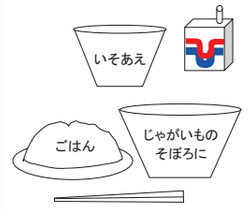
行事食…冬至
（かぼちゃとさといものあげに）



エネルギー	たんぱく質
小　５９３kcal	２０．２g
中　７６４kcal	２５．５g

赤：ぎゅうにゅう　とうふ　たまご　とりにく　なっとう　ぶたにく
黄：こめ　さとう　ごまあぶら　ラード　パンこ　あぶら　でんぷん　さといも　もちむぎ
緑：はくさい　にんにく　こまつな　きくらげ　にんじん　かぼちゃ　だいこん　ごぼう　しょうが　たまねぎ

20日



エネルギー	たんぱく質
小　５５９kcal	２０．８g
中　７１３kcal	２５．２g

赤：ぎゅうにゅう　だいず　とりにく　のり
黄：こめ　ごま　あぶら　でんぷん　じゃがいも　さとう
緑：にんじん　えだまめ　たまねぎ　こまつな　キャベツ

23日

エネルギー	たんぱく質
小　６４３kcal	２４．９g
中　７９９kcal	３０．５g

赤：ぎゅうにゅう　ぶたにく　えび　とうにゅう　ほたて　くきわかめ　とりにく
黄：こめ　さとう　ごま　でんぷん　あぶら　デザート　じゃがいも　ごまあぶら
緑：たまねぎ　にんじん　パセリ　しめじ　キャベツ　きゅうり　コーン

24日

味めぐり…山梨県

エネルギー	たんぱく質
小　６１２kcal	２８．１g
中　７７９kcal	３５．２g

赤：ぎゅうにゅう　みそ　さけ　あげ　ぶたにく
黄：こめ　きしめん　はだかむぎ　こむぎこ　もちむぎ　でんぷん　くろまい　ごま　あかまい　あぶら　みどりまい　さとう
緑：かぼちゃ　キャベツ　にんじん　しめじ　しいたけ　ほうれんそう　ブロッコリー

25日

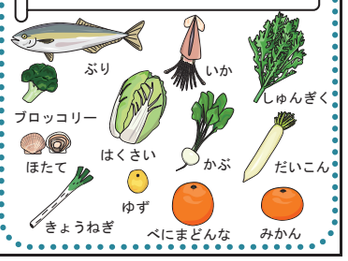
終業式

味めぐり【山梨県】

「ほうとう」は山梨県の郷土料理です。小麦粉を練り太めに切った麺をかぼちゃや季節の野菜とともに、みそ仕立ての出汁で煮込んで作ります。「のしいれ」「のしこみ」とも呼ばれています。稲作が適さない山間部で米に代わる主食として古くから親しまれてきました。

名前の由来は、山梨県の戦国武将である武田信玄が、自分の刀で食材を切って作ったことから、「宝」の「刀」と書いて「宝刀」と名付けられたといわれています。

旬の魚・野菜・果物



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)　ぶり(愛媛)　さけ(北海道)　ししゃも(ノルウェー)　ホキ(ニュージーランド)　いか(南米)　えび(インドネシア)　ほたて(青森)　豆腐・厚あげ(カナダ)　あげ(カナダ)　平天・かまぼこ(北海道・アメリカ)　大豆(北海道)　押もち麦(愛媛)　かぶ(愛媛・松山・香川)
じゃがいも(北海道・長崎)　里芋(愛媛・九州地方)　キャベツ(愛媛・愛知・熊本・徳島)　きゅうり(高知・愛媛・宮崎・熊本・松山)　たまねぎ(北海道)　こまつな(愛媛・福岡・松山・徳島・広島)　ブロッコリー(愛媛・香川・徳島・鳥取)　たけのこ(愛媛)　わかめ(宮城)　昆布(北海道)
京ねぎ(愛媛・鳥取・大分)　だいこん(愛媛・長崎・熊本・松山・鹿児島・香川・徳島・青森)　白菜(愛媛・徳島・熊本・長崎)　ゆず(高知)　みかん(愛媛)　紅まどんな(愛媛・松山)　えのき茸(愛媛・宮崎・徳島・長崎・熊本)　しめじ(香川・広島・福岡)　きくらげ(愛媛)　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

※　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＞

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」