

令和7年4月 予定献立表

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日																														
<p>にゅうがく しんきゅう ご入学・ご進級 おめでとう ございます</p>	<p>しゆん さかな やさい くだもの 旬の魚・野菜・果物</p> <p>はるキャベツ レタス たけのこ きよみタンゴール</p>	<p>9日</p> <p>さんしょくあえ ホキのたつたあげ</p> <p>わかめごはん だんごじる</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 570kcal</td><td>23.4g</td></tr> <tr><td>中 736kcal</td><td>29.5g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 570kcal	23.4g	中 736kcal	29.5g	<p>こめ さとう もちむぎ すいとん あぶら でんぶん</p> <p>ぎゅうにゅう わかめ とりにく みそ</p> <p>だいこん ねぎ ごぼう にんじん しょうが こまつな キャベツ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 615kcal</td><td>27.0g</td></tr> <tr><td>中 790kcal</td><td>33.9g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 615kcal	27.0g	中 790kcal	33.9g	<p>10日</p> <p>ジャム こんぶ サラダ</p> <p>ひめむぎパン ポーク ビーンズ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 615kcal</td><td>27.0g</td></tr> <tr><td>中 790kcal</td><td>33.9g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 615kcal	27.0g	中 790kcal	33.9g	<p>11日</p> <p>(中)なつとう かきあげ</p> <p>ごはん じゃがいもの そぼろに</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 633kcal</td><td>23.6g</td></tr> <tr><td>中 843kcal</td><td>32.0g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 633kcal	23.6g	中 843kcal	32.0g					
エネルギー	たんぱく質																																	
小 570kcal	23.4g																																	
中 736kcal	29.5g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 615kcal	27.0g																																	
中 790kcal	33.9g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 615kcal	27.0g																																	
中 790kcal	33.9g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 633kcal	23.6g																																	
中 843kcal	32.0g																																	
<p>14日 とれたて感謝の日…磯煮</p> <p>ゆずふうみづけ いかのさらさあげ</p> <p>ごはん いそに</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 624kcal</td><td>29.4g</td></tr> <tr><td>中 787kcal</td><td>37.6g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 624kcal	29.4g	中 787kcal	37.6g	<p>15日 とれたて感謝の日… 春キャベツのサラダ</p> <p>はるキャベツのサラダ</p> <p>こぼしのいそかあげ</p> <p>コーン ピラフ クリーム スープ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 560kcal</td><td>22.5g</td></tr> <tr><td>中 720kcal</td><td>28.0g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 560kcal	22.5g	中 720kcal	28.0g	<p>16日</p> <p>おひたし のり</p> <p>つくねあげ</p> <p>ごはん キャベツの みそじる</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 574kcal</td><td>21.7g</td></tr> <tr><td>中 729kcal</td><td>26.4g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 574kcal	21.7g	中 729kcal	26.4g	<p>17日</p> <p>しょうゆ ドレッシングサラダ</p> <p>パン ミート スパゲッティ</p> <p>きよみタンゴール</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 599kcal</td><td>26.9g</td></tr> <tr><td>中 764kcal</td><td>34.6g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 599kcal	26.9g	中 764kcal	34.6g	<p>18日</p> <p>ナムル</p> <p>ごはん あつあけの ちゅうかいため</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 565kcal</td><td>24.7g</td></tr> <tr><td>中 715kcal</td><td>30.1g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 565kcal	24.7g	中 715kcal	30.1g
エネルギー	たんぱく質																																	
小 624kcal	29.4g																																	
中 787kcal	37.6g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 560kcal	22.5g																																	
中 720kcal	28.0g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 574kcal	21.7g																																	
中 729kcal	26.4g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 599kcal	26.9g																																	
中 764kcal	34.6g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 565kcal	24.7g																																	
中 715kcal	30.1g																																	
<p>21日</p> <p>しそひきあえ</p> <p>さばのみぞれに</p> <p>ごはん さわにわん</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 577kcal</td><td>23.7g</td></tr> <tr><td>中 756kcal</td><td>30.0g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 577kcal	23.7g	中 756kcal	30.0g	<p>22日</p> <p>コーン サラダ</p> <p>パン はるキャベツの ポトフ</p> <p>きなこまめ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 575kcal</td><td>24.9g</td></tr> <tr><td>中 715kcal</td><td>30.4g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 575kcal	24.9g	中 715kcal	30.4g	<p>23日 行事食…入学・進級お祝い (松山鮓)</p> <p>キャベツのおひたし</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> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 582kcal</td><td>22.8g</td></tr> <tr><td>中 719kcal</td><td>30.3g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 582kcal	22.8g	中 719kcal	30.3g	<p>24日</p> <p>じゃがいもとえびの ケチャップいため</p> <p>パン やさい たつぷりスープ</p> <p>カラマンダリン</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 594kcal</td><td>28.0g</td></tr> <tr><td>中 750kcal</td><td>35.3g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 594kcal	28.0g	中 750kcal	35.3g	<p>25日</p> <p>チーズ だいこん サラダ</p> <p>もちむぎ ごはん カレーライス (ルー)</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 618kcal</td><td>21.2g</td></tr> <tr><td>中 794kcal</td><td>25.7g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 618kcal	21.2g	中 794kcal	25.7g
エネルギー	たんぱく質																																	
小 577kcal	23.7g																																	
中 756kcal	30.0g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 575kcal	24.9g																																	
中 715kcal	30.4g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 582kcal	22.8g																																	
中 719kcal	30.3g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 594kcal	28.0g																																	
中 750kcal	35.3g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 618kcal	21.2g																																	
中 794kcal	25.7g																																	
<p>28日</p> <p>きりぼしだいこんの ちゅうかサラダ</p> <p>しゅうまい</p> <p>ごはん とうふの ごもくあんかけ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 581kcal</td><td>23.6g</td></tr> <tr><td>中 729kcal</td><td>28.5g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 581kcal	23.6g	中 729kcal	28.5g	<p>令和7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</p> <p>近年続いている物価高騰に加え、昨年 から米などの価格上昇もあり、学校給食 用食材も値上がりしています。松山市で は値上がり分を負担することで、保護者 の皆様の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>30日 味めぐり…埼玉県</p> <p>ホキの みそがらめ</p> <p>かてめし にぼうとう</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr> <tr><td>小 577kcal</td><td>23.1g</td></tr> <tr><td>中 720kcal</td><td>29.0g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	小 577kcal	23.1g	中 720kcal	29.0g	<p>あじ さい たま けん 味めぐり【埼玉県】</p> <p>『かてめし』は埼玉県に伝わる郷土料理です。 昔は、米が貴重な食べ物であったことから、季節の野菜を混ぜて量を増やして いました。混ぜ合わせるという意味の「かてる」から「かてめし」と呼ばれ るようになりました。</p> <p>『煮ぼうとう』は深谷地区に伝わる郷土料理です。繊維のきめが 細かく柔らかい「深谷ねぎ」をはじめ、地元で収穫される野菜と、 「ひもかわ」と呼ばれる幅の広い麺を煮込んで作ります。</p>																		
エネルギー	たんぱく質																																	
小 581kcal	23.6g																																	
中 729kcal	28.5g																																	
エネルギー	たんぱく質																																	
小 577kcal	23.1g																																	
中 720kcal	29.0g																																	

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・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) いか(南米) えび(インドネシア) 豆腐(カナダ・愛媛) あげ(カナダ) 魚そうめん・すり身・平天(北海道) 大豆(北海道) 押もち麦(愛媛) たまねぎ(松山・愛媛・北海道) にんじん(徳島・鹿児島・長崎・福岡) じゃがいも(北海道・鹿児島・長崎) キャベツ(愛媛・愛知・松山・熊本・鹿児島) きゅうり(愛媛・高知・宮崎・熊本) しょうが(高知・熊本・愛媛) だいこん(長崎・熊本・香川・愛媛・大分・福岡・鹿児島) ごぼう(宮崎・岡山・青森・北海道) たけのこ(愛媛) はくさい(長崎・熊本・大分・徳島) こまつな(愛媛・福岡・徳島・広島・茨城) ほうれん草(愛媛・徳島・香川・茨城・福岡) ゆず(高知) 清見タンゴール(愛媛) カラマンダリン(愛媛・松山) しめじ(香川・福岡・広島) きくらげ(愛媛) ひじき(松山) 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。
黄(き) … 黄のグループ【熱や力のもとになる食品】
赤(あか) … 赤のグループ【血や筋肉や骨をつくる食品】
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
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/gakkoukyuusyoku.html>

