

# 令和7年5月 予定献立表

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 20%;"> <p><b>味めぐり【群馬県】</b></p> <p>群馬県は、小麦の生産が盛んであることから、小麦粉を使用した郷土料理が多くあります。その代表的な料理が『おきりこみ』です。小麦粉で作られた幅広の麺を切り込みながら鍋に入れ、野菜やきのこなどと一緒で煮込みます。</p> <p>『上州きんぴら』は、昭和58年に開催された「あかぎ国体」の時に、特産品のこんにやくなどを使って考案された郷土料理です。群馬県の山をイメージして太く切ったごぼうを入れるのが特長です。</p> </div> <div style="width: 20%;"> <p><b>旬の魚・野菜・果物</b></p> <p>しゅん さかな やさいくだもの</p> <p>かつお えんどうまめ しんちゃ たまねぎ かわちばんかん にら そらまめ</p> </div> <div style="width: 20%;"> <p><b>旬の魚・野菜・果物</b></p> <p>しゅん さかな やさいくだもの</p> <p>かつお えんどうまめ しんちゃ たまねぎ かわちばんかん にら そらまめ</p> </div> <div style="width: 20%;"> <p><b>1日</b></p> <p>こくとうパン フレンチサラダ かわちばんかん チャウダー</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 578kcal 23.5g 中 715kcal 28.6g</p> </div> <div style="width: 20%;"> <p><b>2日 行事食…八十八夜(茶飯)</b></p> <p>ごまあえ 「りょう」でくぼる こいわしのフライ ちやめし にゅうめん</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 563kcal 20.5g 中 721kcal 24.8g</p> </div> </div>				
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 20%;"> <p><b>5日</b></p> <p><b>こどもの日</b></p> </div> <div style="width: 20%;"> <p><b>6日</b></p> <p><b>振りかえきゅうじつ 振替休日</b></p> </div> <div style="width: 20%;"> <p><b>7日</b></p> <p>ぶたにくとじゃがいものいためもの もちむぎごはん おやこどんぶり(ぐ)</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 575kcal 26.6g 中 738kcal 33.8g</p> </div> <div style="width: 20%;"> <p><b>8日</b></p> <p>ごま もちむぎ さとう じゃがいも あぶら ごま</p> <p>ぎゅうにゅう たまご ふたにく ぶたにく ねぎ しいたけ にんじん たまねぎ ピーマン にんにく</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 594kcal 30.8g 中 737kcal 37.7g</p> </div> <div style="width: 20%;"> <p><b>9日 旬…えんどうごはん</b></p> <p>あまずけ えんどう ごはん わかたけじる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 607kcal 24.0g 中 762kcal 29.6g</p> </div> </div>				
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 20%;"> <p><b>12日</b></p> <p>アーモンド あえ とりにくのてりやき ごはん ごもく カレーいため</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 648kcal 29.3g 中 813kcal 36.6g</p> </div> <div style="width: 20%;"> <p><b>13日</b></p> <p>ごまドレッシング サラダ パン だいずかりんとう</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 573kcal 27.3g 中 727kcal 33.6g</p> </div> <div style="width: 20%;"> <p><b>14日 旬…そら豆のかき揚げ</b></p> <p>そらまめのかき揚げ ごはん ぶたじる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 581kcal 21.8g 中 740kcal 26.5g</p> </div> <div style="width: 20%;"> <p><b>15日</b></p> <p>チーズ かいそう サラダ こめこパン イタリアン スパゲッティ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 612kcal 26.7g 中 770kcal 33.0g</p> </div> <div style="width: 20%;"> <p><b>16日</b></p> <p>ちぎりじゃこてん ごはん さわにわん</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 560kcal 22.0g 中 750kcal 30.2g</p> </div> </div>				
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 20%;"> <p><b>19日</b></p> <p>とりにくの マリネ キムチごはん コーンスープ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 602kcal 26.4g 中 788kcal 32.3g</p> </div> <div style="width: 20%;"> <p><b>20日</b></p> <p>きりぼしだいごんの ちゅうかサラダ ごはん こうやどうふの ちゅうかいため</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 561kcal 22.7g 中 726kcal 28.2g</p> </div> <div style="width: 20%;"> <p><b>21日</b></p> <p>レモンふうみづけ ホキのからあげ ごはん ごもくに</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 626kcal 28.4g 中 791kcal 35.6g</p> </div> <div style="width: 20%;"> <p><b>22日</b></p> <p>ひじき サラダ パン じゃがいもの ベーコンに 7-アモンドいりこ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 582kcal 23.2g 中 731kcal 28.4g</p> </div> <div style="width: 20%;"> <p><b>23日 とれたて感謝の日</b></p> <p>…新たまねぎのみそ汁 チンゲンサイのおひたし ぶたにくのかりんあげ もちむぎごはん しんたまねぎ みそしる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 579kcal 23.3g 中 736kcal 28.4g</p> </div> </div>				
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 20%;"> <p><b>26日</b></p> <p>きわかめの サラダ ヨーグルト ごはん ドライカレー (ルー)</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 629kcal 26.0g 中 829kcal 32.7g</p> </div> <div style="width: 20%;"> <p><b>27日</b></p> <p>ナムル えびのこうみあげ ごはん にらたま スープ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 560kcal 25.5g 中 713kcal 31.3g</p> </div> <div style="width: 20%;"> <p><b>28日 味めぐり…群馬県</b></p> <p>しじみ しょうじゅう きんぴら ごはん おきりこみ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 565kcal 23.1g 中 714kcal 28.5g</p> </div> <div style="width: 20%;"> <p><b>29日</b></p> <p>フルーツ あえ パン ホキのレモンに クリームスープ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 635kcal 27.7g 中 779kcal 34.2g</p> </div> <div style="width: 20%;"> <p><b>30日</b></p> <p>いそあえ ぶたにくのしょうがやき ごはん すましじる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 560kcal 27.4g 中 718kcal 34.2g</p> </div> </div>				

豚肉・鶏肉(愛媛) いわし(香川) ホキ(ニュージーランド) えび(インドネシア) 豆腐・あげ(カナダ・栃木・岐阜・アメリカ) 魚そうめん・すりみ・平天(北海道) 大豆(北海道) 押もち麦(愛媛) じゃがいも(長崎・鹿児島・愛媛) こまつな(愛媛・福岡・徳島・茨城) チンゲン菜(徳島・福岡・愛媛) にら(高知・宮崎・長崎) にんじん(徳島・熊本・長崎) えんどう豆(愛媛・和歌山) キャベツ(愛媛・愛知・熊本・徳島・大分・香川) きゅうり(愛媛・高知・宮崎・熊本) ごぼう(岡山・青森・鹿児島) そら豆(愛媛) だいごん(長崎・香川・熊本・鹿児島・愛媛) さといも(宮崎) たまねぎ(愛媛・松山・北海道) 河内晩柑(愛媛) レモン(愛媛・広島) えのき茸(愛媛・宮崎・熊本) しめじ(香川・広島・福岡) たけのこ(愛媛) きくらげ(松山) しいたけ(三重) わかめ(宮城・岩手) きわかめ(徳島) のり(香川) ひじき(松山) 緑茶(日本)

**松山市学校給食の  
今月の主な食品の予定産地**

※(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**  
**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>