



# 令和2年4月 予定献立表



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
<p>旬の魚・野菜・果物</p> <p>たい 春キャベツ パセリ さやえんどう わかめ レタス カラマンダリン たけのこ</p>			<p>福岡県の味めぐり</p> <p>今年度も、日本各地の味めぐりです。 今月は、福岡県の味めぐりです。 「がめ煮」は福岡県の郷土料理です。がめ煮には、鶏肉やれんこん、ごぼう、にんじん、こんにやく、しいたけなど、いろいろな材料が使われます。そのため、博多地方の方言で「寄せ集める」という意味の「がめくりこむ」という言葉から、「がめ煮」という名前がついたといわれています。がめ煮は、正月やお祭り、結婚式などのお祝い事の時に、よく作られます。</p>	
<p>13日</p> <p>きりぼしだいこんのうまに</p> <p>もちむぎごはん ちゅうかどんぶり(く)</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 626kcal 28.4g 中 812kcal 35.1g</p>	<p>14日</p> <p>さけのピリカラフル</p> <p>ごはん さんさいうどん</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 620kcal 26.4g 中 788kcal 33.6g</p>	<p>15日</p> <p>りんまん</p> <p>パン しょうゆドレッシングサラダ</p> <p>ポークビーンズ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 648kcal 27.7g 中 812kcal 34.1g</p>	<p>9日</p> <p>あおなのこびたし</p> <p>ごはん にくじゃが</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 585kcal 21.5g 中 782kcal 29.6g</p>	<p>10日</p> <p>あげじゃが きんぴら</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 628kcal 27.5g 中 794kcal 34.1g</p>
<p>20日</p> <p>いかのごまあげ</p> <p>ごはん いそに</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 650kcal 29.0g 中 825kcal 35.9g</p>	<p>21日</p> <p>パンサンスー</p> <p>ごはん あつあげのみそいため</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 627kcal 25.2g 中 791kcal 30.9g</p>	<p>22日</p> <p>ゼリー トマトソースに</p> <p>ごはん やさいたっぷりスープ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 617kcal 25.7g 中 752kcal 28.3g</p>	<p>16日 味めぐり…福岡県</p> <p>さわらのたつたあげ</p> <p>ごはん がめに</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 634kcal 26.0g 中 803kcal 31.9g</p>	<p>17日 どれたて感謝の日…春キャベツのポトフ</p> <p>かいそうサラダ</p> <p>ごはん はるキャベツのポトフ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 585kcal 20.0g 中 752kcal 25.2g</p>
<p>27日</p> <p>フレンチサラダ</p> <p>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 653kcal 21.2g 中 840kcal 25.8g</p>	<p>28日 旬…春キャベツのみそ汁</p> <p>えびてん</p> <p>ごはん はるキャベツのみそ汁</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 611kcal 21.8g 中 790kcal 27.1g</p>	<p>29日</p> <p>しょうわひ</p> <p>昭和の日</p>	<p>30日</p> <p>ひじきサラダ</p> <p>パン ミートスパゲティ</p> <p>カラマンダリン</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 644kcal 25.7g 中 813kcal 31.9g</p>	<p>24日</p> <p>コーンサラダ</p> <p>ごはん クリームスープ</p> <p>こぼしのいそかあげ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 619kcal 27.6g 中 768kcal 34.1g</p>
<p>31日</p> <p>ご入学・ご進級 おめでとうございます</p>				

牛肉(北海道・愛媛・九州) 豚肉(愛媛) 鶏肉(愛媛) さけ(北海道) さわら(愛媛) たい(愛媛) えび(インドネシア) いか(ペルー・チリ) すり身(北海道) 豆腐・厚揚げ(カナダ・アメリカ) 大豆(北海道・愛知) 押もち麦(愛媛) 青のり(愛媛) のり(三重) キャベツ(愛媛・熊本・松山・鹿児島・愛知) パセリ(香川・愛媛・徳島) レタス(愛媛・香川・徳島・兵庫) じゃがいも(北海道・鹿児島・長崎・愛媛) たまねぎ(北海道・愛媛) にんじん(鹿児島・徳島・長崎) きゅうり(愛媛・高知・宮崎) こまつな(愛媛・福岡・徳島) ごぼう(岡山・北海道・宮崎・青森・熊本) れんこん(佐賀) えのきたけ(愛媛・宮崎・熊本) しいたけ(北海道) きくらげ(愛媛) たけのこ(九州) カラマンダリン(愛媛) 清見タンゴール(愛媛) わかめ(宮城) ひじき(松山) ぜんまい(四国)

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

味めぐり…日本の味めぐり  
 旬…旬の食材を生かした献立  
 どれたて感謝の日…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。  
 ※ 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>