



令和3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: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">旬の魚・野菜・果物</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> たい </div> <div style="text-align: center;"> はるキャベツ </div> <div style="text-align: center;"> さやえんどう </div> <div style="text-align: center;"> たけのこ </div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="text-align: center;"> わかめ </div> <div style="text-align: center;"> レタス </div> <div style="text-align: center;"> カラマンダリン </div> <div style="text-align: center;"> パセリ </div> </div> </div>			<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">佐賀県の味めぐり</p> <p>「だぶ」は、唐津市でお祝いなどの時に、集落の人が共同で作ってきた郷土料理です。一度にたくさん作る汁物で、煮崩れしやすい材料は使わず、水を多く入れて「ざぶざぶ」作ることから、「だぶ」と呼ばれるようになりました。</p> <p>また、佐賀県北西部の港町である呼子という地域では、海の幸がよく獲れます。特に、いろいろな種類の「いか」が年中水揚げされます。天日干しの「いか」は、四季を通じた呼子の風景となっています。</p> </div>		<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">9日</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> きりぼしだいのちゅうかサラダ </div> <div style="text-align: center;"> ごはん </div> <div style="text-align: center;"> ぶたにくのみそ </div> </div> <p style="text-align: center;">エネルギー たんぱく質 小 630kcal 27.6g 中 789kcal 33.2g</p> </div>		<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">12日</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> チーズ </div> <div style="text-align: center;"> ホキのフルーツソース </div> </div> <p style="text-align: center;">エネルギー たんぱく質 小 656kcal 28.8g 中 820kcal 35.3g</p> </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">13日</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> かいそうサラダ </div> <div style="text-align: center;"> パン </div> <div style="text-align: center;"> ポークビーンズ </div> </div> <p style="text-align: center;">エネルギー たんぱく質 小 671kcal 28.4g 中 832kcal 35.0g</p> </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">14日 旬…ひじきのために</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> ひじきのなつとう </div> <div style="text-align: center;"> ごはん </div> <div style="text-align: center;"> にくじゃが </div> </div> <p style="text-align: center;">エネルギー たんぱく質 小 622kcal 23.2g 中 828kcal 31.7g</p> </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">15日</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> かぼちゃとごぼしのあげ </div> <div style="text-align: center;"> ゆかりごはん </div> <div style="text-align: center;"> とうふのごもくあんかけ </div> </div> <p style="text-align: center;">エネルギー たんぱく質 小 602kcal 25.0g 中 760kcal 30.4g</p> </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">16日</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> さわらのアーモンドあげ </div> <div style="text-align: center;"> いそあえ </div> <div style="text-align: center;"> ごこまいいり </div> </div> <p style="text-align: center;">エネルギー たんぱく質 小 615kcal 27.1g 中 776kcal 33.5g</p> </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">19日</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> きりぼしだいのちゅうか </div> <div style="text-align: center;"> もちむぎ </div> <div style="text-align: center;"> ちゅうかどんぶり </div> </div> <p style="text-align: center;">エネルギー たんぱく質 小 612kcal 26.0g 中 786kcal 32.7g</p> </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">20日</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> フルーツあえ </div> <div style="text-align: center;"> チーズパン </div> <div style="text-align: center;"> ミートスパゲティ </div> </div> <p style="text-align: center;">エネルギー たんぱく質 小 696kcal 29.0g 中 868kcal 34.5g</p> </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">21日 味めぐり…佐賀県</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> いかのてんぷら </div> <div style="text-align: center;"> ごはんとだぶ </div> </div> <p style="text-align: center;">エネルギー たんぱく質 小 602kcal 25.3g 中 775kcal 32.2g</p> </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">22日 どれだて感謝の日…春キャベツのポトフ</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> ドレッシングサラダ </div> <div style="text-align: center;"> えだまめ </div> <div style="text-align: center;"> はるキャベツのポトフ </div> </div> <p style="text-align: center;">エネルギー たんぱく質 小 622kcal 23.9g 中 792kcal 29.7g</p> </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">23日 行事食…入学・進級お祝い(松山県)</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> わかどりのからあげ </div> <div style="text-align: center;"> ゼリー </div> <div style="text-align: center;"> キャベツのおひたし </div> </div> <p style="text-align: center;">エネルギー たんぱく質 小 638kcal 25.6g 中 810kcal 32.6g</p> </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">26日</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> ひじきサラダ </div> <div style="text-align: center;"> もちむぎ </div> <div style="text-align: center;"> カレー(ルー) </div> </div> <p style="text-align: center;">エネルギー たんぱく質 小 650kcal 23.1g 中 846kcal 29.1g</p> </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">27日</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> カラマンダリン </div> <div style="text-align: center;"> ホキのチリソース </div> <div style="text-align: center;"> ごはん </div> </div> <p style="text-align: center;">エネルギー たんぱく質 小 631kcal 22.3g 中 799kcal 27.3g</p> </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">28日</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> のりつくだに(小・中) </div> <div style="text-align: center;"> つくねあげ </div> <div style="text-align: center;"> だいごんのすもの </div> </div> <p style="text-align: center;">エネルギー たんぱく質 小 635kcal 21.8g 中 806kcal 26.5g</p> </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">29日</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> みそ </div> <div style="text-align: center;"> あげ </div> <div style="text-align: center;"> すりみのりつくだに </div> </div> <p style="text-align: center;">エネルギー たんぱく質 小 635kcal 21.8g 中 806kcal 26.5g</p> </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">30日</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> コーンサラダ </div> <div style="text-align: center;"> こめこパン </div> <div style="text-align: center;"> クリームシチュー </div> </div> <p style="text-align: center;">エネルギー たんぱく質 小 642kcal 29.4g 中 802kcal 36.9g</p> </div>

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・鹿児島・宮崎・香川) 豚肉(愛媛) 鶏肉(愛媛) さわら(長崎) ホキ(ニュージーランド) むきえび(インドネシア) いか(中南米) すり身(北海道) 豆腐・あげ(カナダ) 押しもち麦(愛媛) じゃがいも(北海道・鹿児島・長崎・愛媛) たまねぎ(北海道・愛媛・松山) パセリ(香川・愛媛・徳島) にんじん(徳島・鹿児島・長崎) ねぎ(香川・愛媛・高知・徳島・熊本) ピーマン(宮崎・高知・熊本・鹿児島) ほうれん草(愛媛・徳島・福岡) こまつな(愛媛・徳島・福岡) しょうが(高知・熊本) 新キャベツ(松山・愛媛・熊本・鹿児島・福岡・愛知) レタス(愛媛・香川・岡山・徳島・兵庫) ごぼう(岡山・宮崎・青森・熊本・鹿児島・北海道) 清見タンゴール(愛媛) カラマンダリン(愛媛) えのき(愛媛・宮崎・長野) しめじ(香川・福岡) 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
どれだて感謝の日…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>