

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
-----	-----	-----	-----	-----

ご入学・ご進級
おめでとうございます！

味めぐり【神奈川県】

今月の味めぐり献立は、『神奈川県』です。
 神奈川県の郷土料理である『けんちん汁』は、大根やにんじんなどの野菜を油で炒めてから、だし汁を加え煮込む料理です。
 中国の精進料理である「けんちゃん」が日本語になったという説や、鎌倉の建長寺で作られる「建長汁」が「けんちん汁」と呼ばれるようになったという説があります。

旬の魚・野菜・果物

<p>10日</p> <p>しぎょうしき 始業式</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 606kcal 26.8g 中 772kcal 33.6g</p>	<p>11日</p> <p>赤 ジャム (小・中) ドレッシング サラダ 黄 パン ミート スパゲティ 緑 エネルギー たんぱく質 小 606kcal 26.8g 中 772kcal 33.6g</p>	<p>12日</p> <p>赤 (中) なつとう あおなの にびたし 黄 もちむぎ ごはん じゃがいもの そぼろに 緑 エネルギー たんぱく質 小 571kcal 24.2g 中 772kcal 33.6g</p>	<p>13日</p> <p>赤 ホキの トリソース 黄 わかめ ごはん ちゅうか スープ 緑 エネルギー たんぱく質 小 583kcal 27.8g 中 741kcal 26.5g</p>	<p>14日 とれたて感謝の日…磯煮</p> <p>赤 すだちふうみづけ 黄 いかのからあげ 緑 ごはん いそに エネルギー たんぱく質 小 590kcal 29.6g 中 755kcal 36.6g</p>
<p>17日 味めぐり…神奈川県</p> <p>赤 あまづけ 黄 ぶたにくのカレーあげ 緑 ごはん けんちんじり エネルギー たんぱく質 小 578kcal 25.0g 中 749kcal 31.8g</p>	<p>18日</p> <p>赤 ごきかな (小・中) カラフル ナムル 黄 こくとうパン 緑 エネルギー たんぱく質 小 580kcal 29.0g 中 728kcal 36.1g</p>	<p>19日</p> <p>赤 しょうゆドレッシング サラダ 黄 カラマンダリン (小・中) 緑 もちむぎ ごはん カレーライス (ルー) エネルギー たんぱく質 小 592kcal 20.3g 中 750kcal 24.4g</p>	<p>20日 とれたて感謝の日…春キャベツのポトフ</p> <p>赤 コーン サラダ 黄 えだまめ ごはん はるキャベツの ポトフ 緑 エネルギー たんぱく質 小 561kcal 20.5g 中 727kcal 25.8g</p>	<p>21日</p> <p>赤 しそひじきあえ 黄 さばのみぞれに 緑 ごはん はるキャベツの みそじる エネルギー たんぱく質 小 598kcal 23.8g 中 759kcal 29.5g</p>
<p>24日</p> <p>赤 チーズ (小・中) ホキの ピリカラフル 黄 チキンピラフ 緑 やさいたっぷり スープ エネルギー たんぱく質 小 608kcal 27.7g 中 771kcal 34.9g</p>	<p>25日</p> <p>赤 こんぶ サラダ 黄 こめこパン 緑 きなこまめ (小・中) エネルギー たんぱく質 小 603kcal 27.9g 中 754kcal 34.7g</p>	<p>26日 行事食…入学・進級お祝い (松山餅)</p> <p>赤 とりにくの からあげ 黄 まつやまずし 緑 とうふじる エネルギー たんぱく質 小 607kcal 26.2g 中 767kcal 32.7g</p>	<p>27日</p> <p>赤 はるキャベツの サラダ 黄 パン 緑 きよみタンゴール (小・中) エネルギー たんぱく質 小 616kcal 28.8g 中 766kcal 35.4g</p>	<p>28日</p> <p>赤 キャベツのおひたし 黄 かきあげ 緑 ごこまいいり わかめ うどん エネルギー たんぱく質 小 605kcal 21.5g 中 758kcal 26.5g</p>

豚肉(愛媛) 鶏肉(愛媛) たい(愛媛) さば(岩手) ホキ(オーストラリア) えび(インドネシア) いか(中南米) 豆腐・厚揚げ・あげ(カナダ・アメリカ) かまぼこ・平天(北海道・ロシア・米国) 大豆(北海道・愛知) 昆布(北海道) ひじき(松山) たまねぎ(松山・北海道・愛媛) キャベツ(松山・愛媛) 熊本・鹿児島・愛知・徳島) パセリ(香川・愛媛・徳島) じゃがいも(北海道・鹿児島・長崎) こまつな(愛媛・福岡・徳島) テンゲン菜(徳島・福岡・愛媛) たけのこ(愛媛) にんじん(徳島・鹿児島・長崎) ごぼう(岡山・宮崎・青森・熊本・北海道) 白菜(長崎・熊本・大分・徳島) えのきたけ(愛媛・宮崎) エリンギ(香川・福岡・広島) カラマンダリン(愛媛) 清見タンゴール(愛媛・松山) マッシュルーム(千葉) きくらげ(愛媛) 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。
 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、不明な点がございましたら、学校を通して担当調理場にご相談ください。
 松山市の学校給食のホームページ…<http://www.city.matsuyama.ehime.jp/kurashi/kosodate/kyuusoku/gakkoukyusoku.html>

