B班

令和７年５月　予定献立表

松山市日浦学校給食共同調理場

味めぐり【群馬県】

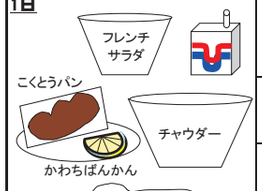
群馬県は、小麦の生産が盛んであることから、小麦粉を使用した郷土料理が多くあります。その代表的な料理が**『おきりこみ』**です。小麦粉で作られた幅広の麺を切り込みながら鍋に入れ、野菜やきのこなどと一緒に煮込みます。

『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、特産品のこんにゃ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。

旬の魚・野菜・果物

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日

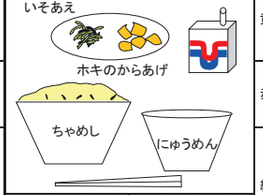
1日



エネルギー	たんぱく質
小　５７８kcal	２３．５g
中　７１５kcal	２８．６g

- 黄：こくとうパン　じゃがいも　あぶら　さとう
- 赤：ぎゅうにゅう　とうにゅう　ベーコン　えび
- 緑：にんじん　しめじ　パセリ　たまねぎ　キャベツ　きゅうり　かわちばんかん

2日　行事食…八十八夜（茶飯）



エネルギー	たんぱく質
小　５４１kcal	２２．７g
中　６９３kcal	２７．７g

- 黄：こめ　さとう　そうめん　こむぎこ　でんぷん　あぶら
- 赤：ぎゅうにゅう　あげ　ホキ　のり
- 緑：りょくちゃ　ねぎ　しいたけ　たまねぎ　にんじん　こまつな　キャベツ

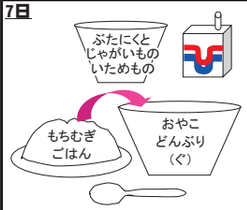
5日

こどもの日

6日

振替休日

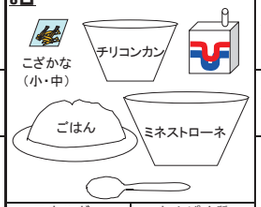
7日



エネルギー	たんぱく質
小　５７５kcal	２６．６g
中　７３９kcal	３３．８g

- 黄：こめ　ごま　もちむぎ　さとう　あぶら　じゃがいも
- 赤：ぎゅうにゅう　たまご　とりにく　ぶたにく
- 緑：ねぎ　しいたけ　にんじん　たまねぎ　ピーマン　にんにく

8日



エネルギー	たんぱく質
小　５８７kcal	２６．３g
中　７４２kcal	３１．９g

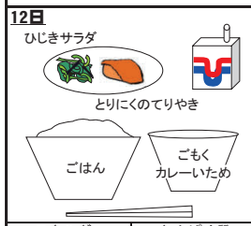
- 黄：こめ　さとう　じゃがいも　マカロニ　あぶら　でんぷん
- 赤：ぎゅうにゅう　ベーコン　とりにく　だいず　にぼし　ぶたにく
- 緑：にんじん　キャベツ　パセリ　セロリ　たまねぎ　エリンギ　にんにく

9日　旬…えんどうごはん

エネルギー	たんぱく質
小　６０７kcal	２４．０g
中　７６２kcal	２９．６g

- 黄：こめ　あぶら　でんぷん　さとう
- 赤：ぎゅうにゅう　わかめ　とうふ　とりにく
- 緑：ねぎ　キャベツ　えんどうまめ　にんじん　たまねぎ　たけのこ　しょうが　だいこん

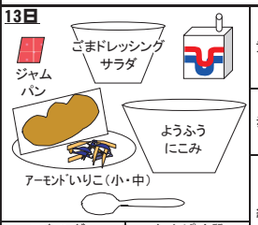
12日



エネルギー	たんぱく質
小　６４０kcal	２８．７g
中　８０１kcal	３５．８g

- 黄：こめ　あぶら　さとう
- 赤：ぎゅうにゅう　ひじき　とうふ　ぶたにく　とりにく
- 緑：たけのこ　きゅうり　ねぎ　にんじん　しいたけ　たまねぎ　キャベツ　コーン

13日



エネルギー	たんぱく質
小　５９４kcal	２７．３g
中　７５１kcal	３３．６g

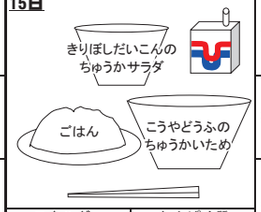
- 黄：パン　アーモンド　じゃがいも　ジャム　ごま　あぶら　さとう
- 赤：ぎゅうにゅう　ポークウインナー　とりにく　にぼし
- 緑：たまねぎ　にんじん　キャベツ　セロリ　パセリ　こまつな　だいこん

14日　旬…そら豆のかき揚げ

エネルギー	たんぱく質
小　５８１kcal	２１．８g
中　７４０kcal	２６．５g

- 黄：こめ　さつまいも　こむぎこ　あぶら
- 赤：ぎゅうにゅう　みそ　えび　あげ　にぼし　ぶたにく　たまご　とうふ
- 緑：にんじん　ねぎ　だいこん　ごぼう　そらまめ　たまねぎ

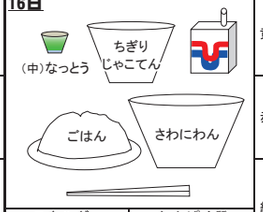
15日



エネルギー	たんぱく質
小　５５５kcal	２２．２g
中　７１８kcal	２７．６g

- 黄：こめ　ごま　あぶら　ごまあぶら　でんぷん　さとう　はるさめ
- 赤：ぎゅうにゅう　ぶたにく　うずらたまご　こうやどうふ
- 緑：しょうが　きゅうり　きくらげ　ピーマン　たまねぎ　にんじん　きりぼしだいこん

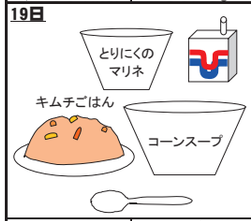
16日



エネルギー	たんぱく質
小　５６０kcal	２２．０g
中　７５０kcal	３０．２g

- 黄：こめ　こんにゃく　こむぎこ　さとう　あぶら
- 赤：ぎゅうにゅう　あげ　たまご　ぶたにく　（中）なっとう　じゃこすりみ　すりみ
- 緑：ねぎ　ごぼう　たけのこ　もやし　にんじん　しいたけ　たまねぎ

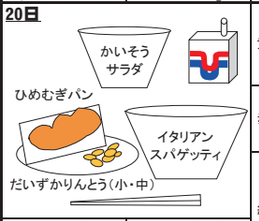
19日



エネルギー	たんぱく質
小　６０２kcal	２６．４g
中　７８８kcal	３２．３g

- 黄：こめ　でんぷん　ごまあぶら　さとう　じゃがいも　あぶら
- 赤：ぎゅうにゅう　ぶたにく　ベーコン　とりにく
- 緑：キムチ　たまねぎ　えだまめ　ピーマン　しょうが　すだち　セロリ　キャベツ　コーン　にんじん

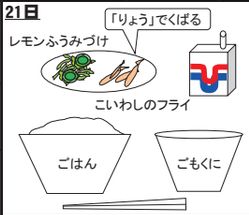
20日



エネルギー	たんぱく質
小　６０１kcal	２４．３g
中　７６４kcal	３０．３g

- 黄：ひめむぎパン　ごまあぶら　あぶら　くろざとう　さとう　でんぷん　スパゲッティ
- 赤：ぎゅうにゅう　だいず　ベーコン　ぶたにく　かいそう
- 緑：ピーマン　にんじん　たまねぎ　エリンギ　キャベツ　コーン

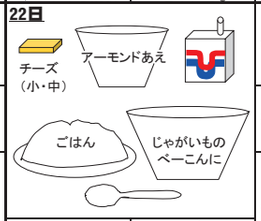
21日



エネルギー	たんぱく質
小　６２５kcal	２５．６g
中　７８８kcal	３１．９g

- 黄：こめ　パンこ　こんにゃく　こめこ　あぶら　さとう　こむぎこ
- 赤：ぎゅうにゅう　ひらてん　だいず　こんぶ　いわし　とりにく
- 緑：にんじん　さやいんげん　ごぼう　レモン　キャベツ

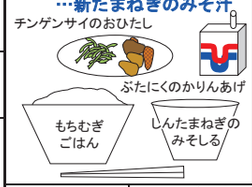
22日



エネルギー	たんぱく質
小　５７９kcal	１８．７g
中　７３１kcal	２２．０g

- 黄：こめ　アーモンド　さとう　こんにゃく　あぶら　じゃがいも
- 赤：ぎゅうにゅう　ベーコン　チーズ
- 緑：にんじん　たまねぎ　さやいんげん　キャベツ

23日　とれたて感謝の日…新たまねぎのみそ汁



エネルギー	たんぱく質
小　５７９kcal	２３．３g
中　７３６kcal	２８．４g

- 黄：こめ　でんぷん　もちむぎ　あぶら　じゃがいも　さとう　こむぎこ
- 赤：ぎゅうにゅう　みそ　ぶたにく　わかめ　あげ
- 緑：ねぎ　えのきたけ　たまねぎ　しょうが　キャベツ　チンゲンサイ

26日

エネルギー	たんぱく質
小　６２９kcal	２６．０g
中　８２９kcal	３２．７g

- 黄：こめ　さとう　あぶら　ごまあぶら　パンこ　くろざとう　ごま
- 赤：ぎゅうにゅう　ぶたにく　だいず　とりにく　くきわかめ　とうふ　ヨーグルト
- 緑：たまねぎ　にんじん　ピーマン　キャベツ　きゅうり

27日

エネルギー	たんぱく質
小　５７２kcal	２８．０g
中　７１６kcal	３４．６g

- 黄：パン　ごま　でんぷん　はるさめ　さとう　あぶら　ごまあぶら
- 赤：ぎゅうにゅう　たまご　とうふ　ホキ
- 緑：セロリ　にら　たまねぎ　レモン　にんじん　だいこん　きゅうり

28日　味めぐり・・・群馬県

エネルギー	たんぱく質
小　５６５kcal	２３．１g
中　７１４kcal	２８．５g

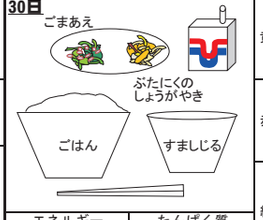
- 黄：こめ　あぶら　きしめん　ごま　さとう　さといも　こんにゃく
- 赤：ぎゅうにゅう　みそ　ぶたにく　とりにく　ひらてん　あげ　ひじき
- 緑：きょうねぎ　にんじん　だいこん　しいたけ　ごぼう

29日

エネルギー	たんぱく質
小　６４７kcal	２９．９g
中　７９４kcal	３７．１g

- 黄：パン　こむぎこ　じゃがいも　でんぷん　あぶら　マスカットゼリー
- 赤：ぎゅうにゅう　とうにゅう　とりにく　えび
- 緑：しめじ　パセリ　にんじん　たまねぎ　みかん　パイナップル　もも

30日



エネルギー	たんぱく質
小　５７８kcal	２７．９g
中　７４２kcal	３４．９g

- 黄：こめ　あぶら　さとう　ごま
- 赤：ぎゅうにゅう　わかめ　ぎょそうめん　うずらたまご　ぶたにく
- 緑：ねぎ　キャベツ　にんじん　しょうが　たまねぎ　にら　こまつな

［ 松山市学校給食の今月の主な食品の予定産地 ］

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)　だいこん(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)　くきわかめ(徳島)　のり(香川)　ひじき(松山)　緑茶(日本)

※（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＞

出典：農林水産省　http://www.maff.go.jp/j/keikaku/syokubunka/k-ryouri/search-menu/index.html
使用イラスト：株式会社アドム「五訂版食品図鑑」