

令和5年2月 予定献立表

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
<p>味めぐり【兵庫県】</p> <p>今月の味めぐり献立は、『兵庫県』です。 ズワイガニは、山陰では「松葉ガニ」と呼ばれています。 松葉ガニと呼ばれる理由は、「カニを茹でるとき燃料に松の葉を使ったから」「カニの身を水につけると松葉のように広がるから」などの説があります。 松葉ガニは、日本海に面した兵庫県の但馬地域の特産品です。 給食では、『かにたま汁』にカニを使用しています。</p> 				
<p>6日 味めぐり…兵庫県</p> <p>かきあげ わかめごはん かにたまじる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 570kcal 小 21.1g 中 727kcal 中 25.7g</p>	<p>7日</p> <p>しょうゆドレッシングサラダ パン クリームシチュー</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 593kcal 小 26.5g 中 744kcal 中 32.7g</p>	<p>8日 旬…さわらの香味揚げ</p> <p>ポイルやさい さわらのこうみあげ ごこまいりごはん ちゃんこなべ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 578kcal 小 25.0g 中 735kcal 中 30.9g</p>	<p>9日</p> <p>北条 パンサンスー こざかな ごはん こうやどろふのちゅうかいため</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 579kcal 小 24.9g 中 742kcal 中 30.7g</p>	<p>10日</p> <p>ゆずふうみつけ ごはん いかのてんぷら いそに</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 585kcal 小 28.6g 中 733kcal 中 36.1g</p>
<p>13日</p> <p>きんぴら ごはん ホキのからあげ はくさいのみそしる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 575kcal 小 26.0g 中 733kcal 中 31.6g</p>	<p>14日 愛媛F.C応援給食 総編組つ(タイカツ)パーカー</p> <p>タルタルソース カレーソース パン ひめむぎパン コーンスープ タイカツ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 648kcal 小 31.2g 中 760kcal 中 37.3g</p>	<p>15日</p> <p>北条 ピビンパ(く) ゼリー もちむぎごはん ちゅうかスープ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 606kcal 小 23.4g 中 775kcal 中 30.1g</p>	<p>16日</p> <p>かいそうサラダ パン カレービーンズ せとか</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 635kcal 小 28.9g 中 783kcal 中 35.4g</p>	<p>17日 愛媛F.C応援給食 応援だっぴん! さばの焼き込みごはん</p> <p>おひたし のり さばのたきこみごはん みそしる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 581kcal 小 29.6g 中 739kcal 中 37.0g</p>
<p>20日</p> <p>北条 ささみのレモンに あなごめし かきたまじる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 577kcal 小 26.9g 中 733kcal 中 33.6g</p>	<p>21日</p> <p>とりにくのトマトソースに パン ミネストローネ いちご</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 546kcal 小 23.7g 中 671kcal 中 35.3g</p>	<p>22日</p> <p>ホキのオランダあげ コーンピラフ ゆさいたっぶりスープ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 580kcal 小 25.5g 中 751kcal 中 32.5g</p>	<p>天皇誕生日</p>	
<p>27日</p> <p>ごますあえ なっとう ごはん じゃがいものそぼろに</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 595kcal 小 24.7g 中 748kcal 中 29.2g</p>	<p>28日</p> <p>アーモンドあえ パン みそラーメン えびのからあげ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 566kcal 小 29.5g 中 721kcal 中 37.2g</p>	<p>節分の日には豆をまくのはなぜ?</p> <p>節分とは、二十四節気のひとつである立春の前日に鬼を追い払いを新年を迎える行事のことをいいます。 節分には「鬼は外、福は内」と豆をまいて邪気を祓った後に年齢の数だけ豆を食べて、1年の幸せを祈るといわれています。</p> 		
<p>旬の魚・野菜・果物</p> <p>しゅん さかな やさいくだもの</p> <p>ぶり いわし こまつな さわら いよかん せとか</p> <p>キウイフルーツ いちご(ハウス)</p>				

松山市学校給食の 今月の主な食品の産地

牛肉(北海道・愛媛・九州) 豚肉(愛媛) 鶏肉(愛媛) さわら(愛媛) いわし(北海道) 鮭(北海道) さば(日本) ホキ(ニュージーランド) えび(インドネシア) 鯛(愛媛) かに(日本) 豆腐・あげ(カナダ・アメリカ・日本) 平天(北海道) 大豆(北海道) 押しもち麦(愛媛) ひじき(松山) じゃがいも(北海道・鹿児島・長崎・愛媛・松山) こまつな(愛媛・福岡・徳島・長崎) キャベツ(松山・愛媛・愛知) チンゲン菜(徳島・福岡・愛媛) 里芋(大分) かぼちゃ(中南米・ニュージーランド) たけのこ(愛媛) ほうれん草(愛媛・徳島) ごぼう(北海道・青森・岡山) いちご(愛媛) いよかん(松山) せとか(愛媛) ゆず(高知) れんこん(徳島) しめじ(香川・福岡) しいたけ(徳島・長崎・栃木・岩手) マッシュルーム(千葉) きくらげ(愛媛) わかめ(宮城・岩手・韓国・徳島) くきわかめ(徳島)

※ (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。
※ 赤のグループ【血や筋肉や骨をつくる食べ物】
※ 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】
※ 黄(あ) … 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】
※ エネルギー・たんぱく質の値は、日本食品標準成分表2020年版(八訂)に基づいて算出しています。

※ 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。
※ 松山市の学校給食のホームページ … <http://www.city.matsuyama.ehime.jp/kurashi/kosodate/kyuusyoku/gakkoukyusyoku.html>
出典: 農林水産省 https://www.maff.go.jp/keikaku/syokubunka/k/ryouri/search_menu/index.html
使用イラスト: 株式会社アドム「5訂版食品図鑑」

＜松山市HP＞