

令和6年12月予定献立表

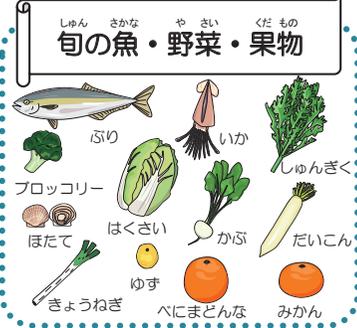
月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日	
2日 赤 チーズ 黄 もちむぎ 緑 ハヤシライス(ルウ) エネルギー たんぱく質 小 608kcal 21.3g 中 760kcal 25.2g	赤 ぎゅうにゅう 黄 さとう 緑 コーン エネルギー たんぱく質 小 641kcal 29.6g 中 805kcal 36.8g	3日 赤 いかの 黄 さらさあげ 緑 しょうが エネルギー たんぱく質 小 641kcal 29.6g 中 805kcal 36.8g	赤 ぎゅうにゅう 黄 さとう 緑 しょうが エネルギー たんぱく質 小 641kcal 29.6g 中 805kcal 36.8g	4日 赤 いそあえ 黄 じゃがいもの 緑 そぼろに エネルギー たんぱく質 小 559kcal 20.8g 中 713kcal 25.2g	赤 ぎゅうにゅう 黄 さとう 緑 しょうが エネルギー たんぱく質 小 641kcal 29.6g 中 805kcal 36.8g	5日 旬…ぶりとだいごんの 赤 あまからに 黄 あまからに 緑 かきたま エネルギー たんぱく質 小 574kcal 23.4g 中 725kcal 28.6g	赤 ぎゅうにゅう 黄 さとう 緑 しょうが エネルギー たんぱく質 小 641kcal 29.6g 中 805kcal 36.8g	6日 赤 おひたし 黄 とりてん 緑 いそに エネルギー たんぱく質 小 593kcal 26.1g 中 759kcal 32.2g	赤 ぎゅうにゅう 黄 さとう 緑 しょうが エネルギー たんぱく質 小 641kcal 29.6g 中 805kcal 36.8g
9日 赤 さんしょく 黄 あげ 緑 きりぼしめし エネルギー たんぱく質 小 613kcal 25.7g 中 778kcal 31.7g	赤 ぎゅうにゅう 黄 さとう 緑 しょうが エネルギー たんぱく質 小 613kcal 25.7g 中 778kcal 31.7g	10日 赤 こんぶ 黄 サラダ 緑 パン エネルギー たんぱく質 小 608kcal 26.8g 中 761kcal 32.8g	赤 ぎゅうにゅう 黄 さとう 緑 しょうが エネルギー たんぱく質 小 608kcal 26.8g 中 761kcal 32.8g	11日 味めぐり…山梨県 赤 ごまドレッシングサラダ 黄 さけ 緑 さけのからあげ エネルギー たんぱく質 小 609kcal 27.8g 中 777kcal 34.8g	赤 ぎゅうにゅう 黄 さとう 緑 しょうが エネルギー たんぱく質 小 608kcal 26.8g 中 761kcal 32.8g	12日 ぶたにくの 赤 ピリカラフル 黄 ちゅうか 緑 スープ エネルギー たんぱく質 小 562kcal 22.5g 中 731kcal 28.7g	赤 ぎゅうにゅう 黄 さとう 緑 しょうが エネルギー たんぱく質 小 608kcal 26.8g 中 761kcal 32.8g	13日 赤 アーモンドあえ 黄 ししゃもフライ 2び 緑 あすか エネルギー たんぱく質 小 589kcal 22.5g 中 750kcal 28.6g	赤 ぎゅうにゅう 黄 さとう 緑 しょうが エネルギー たんぱく質 小 608kcal 26.8g 中 761kcal 32.8g
16日 赤 くさわかめの 黄 サラダ 緑 カレーピラフ エネルギー たんぱく質 小 570kcal 20.9g 中 718kcal 25.6g	赤 ぎゅうにゅう 黄 さとう 緑 しょうが エネルギー たんぱく質 小 570kcal 20.9g 中 718kcal 25.6g	17日 赤 パンパークの 黄 ソースかけ 緑 ひめむぎパン エネルギー たんぱく質 小 579kcal 27.7g 中 717kcal 33.6g	赤 ぎゅうにゅう 黄 さとう 緑 しょうが エネルギー たんぱく質 小 579kcal 27.7g 中 717kcal 33.6g	18日 赤 ゆずふうみづけ 黄 まめてつじゃこてん 緑 ごはん エネルギー たんぱく質 小 577kcal 22.0g 中 734kcal 27.2g	赤 ぎゅうにゅう 黄 さとう 緑 しょうが エネルギー たんぱく質 小 577kcal 22.0g 中 734kcal 27.2g	19日 赤 ドレッシング 黄 サラダ 緑 カレー エネルギー たんぱく質 小 624kcal 29.0g 中 780kcal 35.7g	赤 ぎゅうにゅう 黄 さとう 緑 しょうが エネルギー たんぱく質 小 624kcal 29.0g 中 780kcal 35.7g	20日 行事食…冬至(かぼちゃと 赤 さといものあまがらめ) 黄 かぼちゃとさといもの 緑 あまがらめ エネルギー たんぱく質 小 593kcal 20.2g 中 764kcal 25.5g	赤 ぎゅうにゅう 黄 さとう 緑 しょうが エネルギー たんぱく質 小 624kcal 29.0g 中 780kcal 35.7g
23日 赤 北 たりやき 黄 チキン 緑 デザート エネルギー たんぱく質 小 662kcal 24.9g 中 820kcal 31.3g	赤 ぎゅうにゅう 黄 さとう 緑 しょうが エネルギー たんぱく質 小 662kcal 24.9g 中 820kcal 31.3g	24日 北 だいすとひじきの 赤 かきあげ 黄 まめパン 緑 にゅうめん エネルギー たんぱく質 小 585kcal 21.9g 中 731kcal 27.1g	赤 ぎゅうにゅう 黄 さとう 緑 しょうが エネルギー たんぱく質 小 585kcal 21.9g 中 731kcal 27.1g	25日 赤 北 終業式 黄 しゅうぎょうしき 緑 終業式 エネルギー たんぱく質 小 585kcal 21.9g 中 731kcal 27.1g	赤 ぎゅうにゅう 黄 さとう 緑 しょうが エネルギー たんぱく質 小 585kcal 21.9g 中 731kcal 27.1g	赤 ぎゅうにゅう 黄 さとう 緑 しょうが エネルギー たんぱく質 小 585kcal 21.9g 中 731kcal 27.1g	赤 ぎゅうにゅう 黄 さとう 緑 しょうが エネルギー たんぱく質 小 585kcal 21.9g 中 731kcal 27.1g	赤 ぎゅうにゅう 黄 さとう 緑 しょうが エネルギー たんぱく質 小 585kcal 21.9g 中 731kcal 27.1g	赤 ぎゅうにゅう 黄 さとう 緑 しょうが エネルギー たんぱく質 小 585kcal 21.9g 中 731kcal 27.1g

豚肉・鶏肉(愛媛) ぶり(愛媛) さけ(北海道) ししゃも(ノルウェー) ホキ(ニュージーランド) いか(南米) えび(インドネシア) ほたて(青森) 豆腐・厚揚げ(カナダ) あげ(カナダ) 平天・かまぼこ(北海道・アメリカ) 大豆(北海道) 押しもち麦(愛媛) かぶ(愛媛・松山・香川) じゃがいも(北海道・長崎) 里芋(愛媛・九州地方) キャベツ(愛媛・愛知・熊本・徳島) きゅうり(高知・愛媛・宮崎・熊本・松山) たまねぎ(北海道) こまつな(愛媛・福岡・松山・徳島・広島) ブロッコリー(愛媛・香川・徳島・鳥取) たけのこ(愛媛) わかめ(宮城) 昆布(北海道) ねぎ(愛媛・鳥取・大分) だいこん(愛媛・長崎・熊本・松山・鹿児島・香川・徳島・青森) 白菜(愛媛・徳島・熊本・長崎) ゆず(高知) みかん(愛媛) 紅まどんな(愛媛・松山) えのき茸(愛媛・宮崎・徳島・長崎・熊本) しめじ(香川・広島・福岡) きくらげ(愛媛) 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品】
 黄(き) … 黄のグループ【熱や力のもとになる食品】
 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

※ 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。
 ※ 松山市学校給食のホームページ…
<http://www.city.matsuyama.ehime.jp/kurashi/kosodate/kyuusyoku/gakkoukyusyoku.html>



「ほうとう」は山梨県の郷土料理です。小麦粉を練り太めに切った麵をかぼちゃや季節の野菜とともに、みそ仕立ての出汁で煮込んで作ります。「のしいれ」「のしこみ」とも呼ばれています。稲作が適さない山間部で米に代わる主食として古くから親しまれてきました。名前の由来は、山梨県の戦国武将である武田信玄が、自分の刀で食材を切ったことから、「宝」の「刀」と書いて「宝刀」と名付けられたといわれています。