

令和7年5月 予定献立表

| 月曜日 | | 火曜日 | | 水曜日 | | 木曜日 | | 金曜日 | | | | | |
|---|--|---|--|---|--|---|--|--|--|--|--|--|--|
| <p>あじ ぐん まけん 味めぐり【群馬県】</p> <p>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い麺を切り込みながら鍋に入れ、野菜やきのこなどと一緒煮込みます。</p> <p>『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、特産品のこんにや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。</p>  | | <p>しゅん さかな や さい くだもの 旬の魚・野菜・果物</p>  | | <p>1日 行事食…八十八夜(茶飯)</p> <p>こまあえ 「りょう」でぼる</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 5.60kcal 2.1, 3g 中 7.17kcal 2.5, 8g</p> | | <p>2日 北条 チリコンカン</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 6.14kcal 2.8, 9g 中 7.68kcal 3.5, 9g</p> | | <p>こくとうパン じゃがいも あぶら マカロニ</p> <p>ぎゅうにゅう ベーコン ぶたにく だいす</p> <p>にんじん トマト セロリ にんにく パセリ</p> <p>たまねぎ 地産地消 キャベツ エリンギ かわちばんかん</p> | | | | | |
| <p>5日</p> <p>こどもの日</p> | | <p>6日</p> <p>振替休日</p> | | <p>7日 北条</p> <p>きわかめのサラダ</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 6.17kcal 2.5, 9g 中 8.10kcal 3.2, 4g</p> | | <p>こめ もちむぎ あぶら さとう</p> <p>ぎゅうにゅう あけ ぶたにく とうふ</p> <p>だいす くきわかめ ヨーグルト</p> <p>ピーマン にんじん たまねぎ キャベツ きゅうり</p> | | <p>8日 旬…えんどうごはん</p> <p>あますつけ</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 6.06kcal 2.3, 6g 中 7.61kcal 2.9, 2g</p> | | <p>9日 北条 パンサンスー</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 5.63kcal 2.4, 3g 中 7.20kcal 3.0, 0g</p> | | <p>こめ でんぷん こむぎ あぶら</p> <p>ぎゅうにゅう きゅうり とうふ たまご</p> <p>ねぎ えんどうまめ にんじん たまねぎ しょうが だいこん</p> | |
| <p>12日</p> <p>ふたにくと じゃがいもの いためもの</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 5.75kcal 2.6, 6g 中 7.38kcal 3.3, 8g</p> | | <p>13日 旬…そら豆のかき揚げ</p> <p>北条</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 5.93kcal 2.2, 6g 中 7.58kcal 2.7, 5g</p> | | <p>14日 北条</p> <p>フレンチ サラダ</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 5.96kcal 2.9, 2g 中 7.45kcal 3.6, 3g</p> | | <p>こめ さとう でんぷん</p> <p>ぎゅうにゅう あけ ぶたにく とうふ</p> <p>ベーコン たまご だいす</p> <p>パセリ しめじ にんじん たまねぎ キャベツ きゅうり</p> | | <p>15日</p> <p>ちぎり じゃこてん</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 5.59kcal 2.1, 9g 中 7.49kcal 3.0, 1g</p> | | <p>16日 北条 アーモンド あえ</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 5.78kcal 2.4, 8g 中 7.34kcal 2.9, 8g</p> | | <p>こめ あぶら さとう</p> <p>ぎゅうにゅう たまご とうふ</p> <p>じゃがいも たまご あけ</p> <p>にんじん たまねぎ キャベツ</p> | |
| <p>19日 とれたて感謝の日 …新たまねぎのみそ汁</p> <p>チンゲンサイのおひたし</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 5.99kcal 2.4, 5g 中 7.62kcal 2.9, 9g</p> | | <p>20日 レモンふうみづけ</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 6.31kcal 2.2, 5g 中 7.94kcal 3.5, 5g</p> | | <p>21日 北条</p> <p>ひじき サラダ</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 6.24kcal 2.2, 2g 中 7.31kcal 2.7, 3g</p> | | <p>22日 北条</p> <p>とりにくの マリネ</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 6.24kcal 2.7, 6g 中 7.82kcal 3.4, 0g</p> | | <p>23日 きりほしだいこんの ちゅうかサラダ</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 5.66kcal 2.3, 6g 中 7.17kcal 2.9, 1g</p> | | <p>こめ あぶら さとう</p> <p>ぎゅうにゅう あけ ぶたにく とうふ</p> <p>みそ チーズ</p> <p>キムチ えだまめ しょうが セロリ キャベツ たまねぎ にんじん</p> | | | |
| <p>26日 いそあえ</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 5.54kcal 2.6, 2g 中 7.08kcal 3.2, 4g</p> | | <p>27日 味めぐり…群馬県</p> <p>北条</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 5.99kcal 2.3, 8g 中 7.66kcal 2.9, 5g</p> | | <p>28日 北条</p> <p>かいそう サラダ</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 5.83kcal 2.2, 3g 中 7.35kcal 2.7, 6g</p> | | <p>29日 ホイルキャベツ</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 6.69kcal 3.3, 5g 中 8.44kcal 4.1, 4g</p> | | <p>30日 北条</p> <p>フルーツ あえ</p>  <p>エネルギー たんぱく質 小 6.19kcal 2.4, 8g 中 7.61kcal 3.0, 5g</p> | | <p>こめ あぶら さとう でんぷん</p> <p>ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく たまご</p> <p>たまご にんじん たまねぎ しいたけ キャベツ</p> | | | |

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・あけ(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) 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) なら(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>

