

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日	
2日		3日 行事食…節分 (いわしのかばやき・節分豆)		4日		5日		6日	
エネルギー たんぱく質 小 615kcal 21.4g 中 791kcal 26.7g		エネルギー たんぱく質 小 580kcal 24.3g 中 734kcal 29.4g		エネルギー たんぱく質 小 612kcal 27.4g 中 762kcal 33.9g		エネルギー たんぱく質 小 542kcal 24.8g 中 700kcal 31.4g		エネルギー たんぱく質 小 587kcal 31.7g 中 730kcal 39.7g	
9日		10日 旬…さわらのからあげ		11日		12日		13日	
エネルギー たんぱく質 小 586kcal 27.9g 中 744kcal 34.5g		エネルギー たんぱく質 小 568kcal 25.0g 中 719kcal 31.0g		エネルギー たんぱく質 小 581kcal 24.6g 中 738kcal 30.2g		エネルギー たんぱく質 小 581kcal 24.6g 中 738kcal 30.2g		エネルギー たんぱく質 小 639kcal 31.3g 中 798kcal 39.0g	
16日		17日 味めぐり…秋田県		18日 とれたて感謝の日…いよかん		19日		20日	
エネルギー たんぱく質 小 609kcal 23.4g 中 764kcal 27.8g		エネルギー たんぱく質 小 642kcal 25.5g 中 826kcal 31.2g		エネルギー たんぱく質 小 588kcal 25.3g 中 737kcal 31.5g		エネルギー たんぱく質 小 611kcal 23.2g 中 766kcal 28.1g		エネルギー たんぱく質 小 582kcal 24.2g 中 727kcal 30.2g	
23日		24日		25日		26日		27日	
エネルギー たんぱく質 小 614kcal 28.2g 中 780kcal 35.2g		エネルギー たんぱく質 小 614kcal 28.2g 中 780kcal 35.2g		エネルギー たんぱく質 小 577kcal 23.0g 中 720kcal 28.0g		エネルギー たんぱく質 小 587kcal 26.5g 中 741kcal 32.9g		エネルギー たんぱく質 小 604kcal 31.7g 中 764kcal 38.8g	

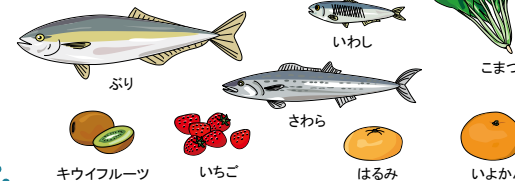
味めぐり【秋田県】

『きりたんぼ鍋』は秋田県の郷土料理です。

「たんぼ」とは、ご飯をすりつぶして棒の先端から包むように巻きつけて焼いたものです。その形が「がまの穂」に似ていることから、短い穂の意味である「短穂」から「たんぼ」と呼ばれるようになりました。この「たんぼ」を鍋に入る長さに「切った」ものが「きりたんぼ」です。「きりたんぼ鍋」は、鶏肉、ごぼう、ねぎ、きのこなどと一緒に煮込んで作られます。



旬の魚・野菜・果物



2月3日は節分

節分とは、その年の健康と幸せを願って悪いもの（邪気）を追い払う行事とされています。この日には「鬼は外、福は内」と言いながら豆をまくことで、家の中の邪気が追い出され、良い福がやってくるとされています。他にも、鬼は鰯の臭いと柊の葉のトゲが苦手なため、焼いた鰯の頭を柊の小枝に刺した「柊 いわし」を玄関先に飾り、鬼が入ってこないようにする風習があります。

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(日本) さけ(北海道) さわら(韓国) ホキ(ニュージーランド) ぶり(愛媛) めひかり(宮崎) いか(ペルー) えび(インドネシア) 豆腐・あげ(カナダ・アメリカ・日本) 平天・かまぼこ(北海道) 大豆(北海道) 押もち麦(愛媛) きくらげ(愛媛) しいたけ(日本) じゃがいも(北海道・松山・愛媛・長崎・鹿児島) こまつな(愛媛・福岡・松山・徳島・茨城・長崎・大分) にんじん(長崎・熊本・鹿児島) ほうれん草(愛媛・徳島・松山・茨城・福岡・大分) キャベツ(愛媛・松山・愛知・徳島) たまねぎ(北海道・愛媛) 京ねぎ(愛媛・大分) 鳥取・埼玉) だいこん(愛媛・長崎・熊本・香川・鹿児島・松山) はくさい(愛媛・熊本・長崎・茨城・長野・鹿児島・兵庫・愛知) しめじ(香川・広島・福岡) れんこん(徳島) いよかん(愛媛・松山) はるみ(愛媛) たけのこ(愛媛) わかめ(日本) 荳わかめ(日本) のり(愛媛・香川) 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。
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。
※ 松山市学校給食のホームページ … <http://www.city.matsuyama.ehime.jp/kurashi/kosodate/kyuusyoku/gakkoukyuusyoku.html>



＜松山市HP＞