

令和8年2月 予定献立表

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
<p>2日</p> <p>黄 きわがめ サラダ</p> <p>赤 はるみ</p> <p>緑 もちむぎごはん エッグカレー(ルウ)</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 637kcal 小 22.0g 中 811kcal 中 27.2g</p>	<p>3日 行事食…部分 (いわしのかばやき・部分豆)</p> <p>黄 そくせきづけ</p> <p>赤 せつぶん いわしのかばやき</p> <p>緑 ごはん しょうだいののみ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 599kcal 小 25.3g 中 754kcal 中 30.7g</p>	<p>4日</p> <p>黄 こうやどうふのピリからいため</p> <p>赤 パン</p> <p>緑 たまごスープ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 583kcal 小 28.4g 中 724kcal 中 35.3g</p>	<p>5日</p> <p>黄 おひたし</p> <p>赤 とりにくのねぎソース</p> <p>緑 ごはん ビーフンじる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 580kcal 小 31.2g 中 737kcal 中 38.6g</p>	<p>6日</p> <p>黄 「りょう」でくぼる</p> <p>赤 めひかりのフライ</p> <p>緑 かやくごはん みそにこみうどん</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 573kcal 小 25.0g 中 724kcal 中 31.0g</p>
<p>9日</p> <p>黄 いそあえ</p> <p>赤 たいのゆずみそやき</p> <p>緑 ごはん のっぺいじる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 552kcal 小 24.7g 中 697kcal 中 30.0g</p>	<p>10日</p> <p>黄 ポイルキャベツ</p> <p>赤 ハンバーグのソースかけ</p> <p>緑 ひよこまめのピラフ わかめスープ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 595kcal 小 22.7g 中 746kcal 中 27.2g</p>	<p>11日</p> <p>けんこくきねんひ</p> <p>建国記念の日</p>		<p>12日 とれたて感謝の日…いよかん</p> <p>黄 かわりきんぴら</p> <p>赤 いよかん</p> <p>緑 もちむぎごはん ぶたたまどんぶり(く)</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 591kcal 小 26.0g 中 763kcal 中 33.2g</p>
<p>16日</p> <p>黄 きりほし だいのちゅうがサラダ</p> <p>赤 なつとう</p> <p>緑 ごはん じゃがいものそばろに</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 615kcal 小 24.6g 中 772kcal 中 29.3g</p>	<p>17日</p> <p>黄 ホキのピリカラフル</p> <p>赤 ヨーグルト</p> <p>緑 ごはん ミネストローネ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 624kcal 小 24.8g 中 799kcal 中 30.0g</p>	<p>18日</p> <p>黄 ひじきサラダ</p> <p>赤 パン</p> <p>緑 小)せとか</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 629kcal 小 28.9g 中 783kcal 中 35.6g</p>	<p>19日</p> <p>黄 すだちふうみづけ</p> <p>赤 いかのからあげ</p> <p>緑 ごはん いそに</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 602kcal 小 29.1g 中 764kcal 中 36.1g</p>	<p>20日</p> <p>黄 れんこんのかきあげ</p> <p>赤 チャーハン</p> <p>緑 ちゃんぽん</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 589kcal 小 23.3g 中 747kcal 中 29.3g</p>
<p>23日</p> <p>てんのうたんじょうひ</p> <p>天皇誕生日</p>	<p>24日 旬…さわらのからあげ</p> <p>黄 さわらのからあげ</p> <p>赤 ごはん とうふのごくあんかけ</p> <p>ひじきふりかけ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 641kcal 小 31.4g 中 818kcal 中 39.7g</p>	<p>25日</p> <p>黄 とりにくとパンネのトマトソース</p> <p>赤 パン</p> <p>緑 ミルクキャラメルピンス</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 597kcal 小 31.7g 中 747kcal 中 39.6g</p>	<p>26日</p> <p>黄 アーモンドあえ</p> <p>赤 さけのしおこうじやき</p> <p>緑 ひじきごはん みそしる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 541kcal 小 28.7g 中 684kcal 中 35.6g</p>	<p>27日</p> <p>黄 コーンサラダ</p> <p>赤 ひめむぎパン</p> <p>緑 (中)せとか</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 614kcal 小 24.3g 中 779kcal 中 30.2g</p>

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。

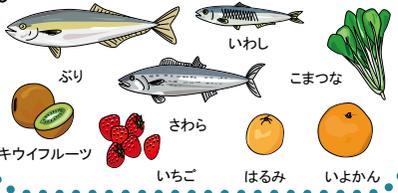


旬の魚・野菜・果物

しゅん さかな やさいくだもの

ぶり いわし こまつな

キウイフルーツ さわら いちご はるみ いよかん



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ことでされています。他にも、鬼は鯛の臭いと柀の葉のトゲが苦手なため、焼いた鯛の頭を柀の小枝に刺した「柀いわし」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) 茎わかめ(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/gakkoukyusyoku.html>

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」
松山市HP