

令和8年3月 予定献立表

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
旬の魚・野菜・果物				
味のめぐり【宮城県】				
<p>『おくずかけ』は、春と秋の彼岸やお盆の時期に食べる宮城県の精進料理です。旬の野菜、豆腐や油揚げ、まめ麩、麵をだし汁で煮込み、名前のおとりに「くず粉」とろみをつけた具だくさんの汁物です。やさしい味わいが子どもからお年寄りまで、幅広い年齢層に好まれています。</p> <p>また、銀鮭はほとんどが養殖されており、その約90%が宮城県産です。給食では、『鮭の竜田揚げ』にしています。</p>				
<p>2日 行事食…卒業祝い(赤飯)</p> <p>みつばいり かきあげ</p> <p>せとか</p> <p>せきはん はちはいじる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 601kcal 小 21.7g 中 762kcal 中 26.5g</p>	<p>3日 行事食…ひなまつり</p> <p>そくせきづけ(ちらし寿司)</p> <p>たまごのり</p> <p>ホキのあられあげ</p> <p>ちらし寿司 あかだし</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 591kcal 小 25.5g 中 751kcal 中 31.1g</p>	<p>4日</p> <p>とりにくのマリアソース</p> <p>デザート</p> <p>ひめむぎパン</p> <p>たまごスープ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 612kcal 小 29.6g 中 810kcal 中 37.3g</p>	<p>5日</p> <p>アーモンド あえ</p> <p>なっとう</p> <p>ごはん</p> <p>にくじゃが</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 644kcal 小 23.3g 中 797kcal 中 27.3g</p>	<p>6日</p> <p>きりほし だいごんのちゅうかりが</p> <p>チーズ 2こ</p> <p>ごはん</p> <p>あつあけのみそいため</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 645kcal 小 26.8g 中 812kcal 中 32.6g</p>
<p>9日</p> <p>ドレッシング サラダ</p> <p>ピラフ</p> <p>クリームスープ</p> <p>えびフライ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 653kcal 小 24.6g 中 828kcal 中 30.4g</p>	<p>10日 味のめぐり…宮城県</p> <p>はくさいのおひたし</p> <p>さけのたつたあげ</p> <p>わかめごはん</p> <p>おくずかけ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 603kcal 小 25.9g 中 769kcal 中 32.1g</p>	<p>11日</p> <p>こんぶサラダ</p> <p>パン</p> <p>カレービーンズ</p> <p>いちご</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 639kcal 小 29.0g 中 799kcal 中 36.0g</p>	<p>12日</p> <p>あますづけ</p> <p>ほたていりかきあげ</p> <p>しそひじき</p> <p>ごはん</p> <p>にくうどん</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 585kcal 小 21.2g 中 736kcal 中 26.0g</p>	<p>13日</p> <p>こますあえ</p> <p>いわしのてんぷら</p> <p>ごはん</p> <p>きりほし だいごんとひじきのにもの</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 598kcal 小 20.5g 中 729kcal 中 23.8g</p>
<p>16日</p> <p>かいそう サラダ</p> <p>もちむぎごはん</p> <p>ハヤシライス(ルウ)</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 583kcal 小 19.6g 中 741kcal 中 23.8g</p>	<p>17日</p> <p>じゃがいものそばろに</p> <p>いちご</p> <p>とりにくからあげ</p> <p>ごはん</p> <p>みそしる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 630kcal 小 27.0g 中 805kcal 中 33.4g</p>	<p>18日 旬…鯛カツ</p> <p>たいカツ</p> <p>パン</p> <p>はくさいスープ</p> <p>デコボン</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 617kcal 小 32.0g 中 764kcal 中 39.5g</p>	<p>19日</p> <p>しそひじきあえ</p> <p>いかのてんぷら</p> <p>ごこまい いりごはん</p> <p>きつねうどん</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 617kcal 小 26.0g 中 767kcal 中 32.0g</p>	<p>20日</p> <p>みどりまい さとううどん あぶらこむぎこ</p> <p>きゅうにゅう たい とりにく あげ たまご ねぎ</p> <p>にんじん しいたけ しょうが キャベツ</p> <p style="text-align: center;">しゅうぶん ひ 春分の日</p>
<p>23日</p> <p>フレンチ サラダ</p> <p>パン</p> <p>じゃがいものケチャップに</p> <p>きよみタンゴール</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 584kcal 小 23.5g 中 730kcal 中 28.7g</p>	<p>24日</p> <p>じゃがいものそばろに</p> <p>いちご</p> <p>とりにくからあげ</p> <p>ごはん</p> <p>みそしる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 630kcal 小 27.0g 中 805kcal 中 33.4g</p>	<p>25日</p> <p style="text-align: center;">しゅうぎょうしき 休業式</p>	<p style="text-align: center;">卒業おめでとう 給食室より</p>	

松山市学校給食の今月の主な食品の予定産地

牛肉(北海道・愛媛・九州地方・香川) 豚肉・鶏肉(愛媛) 鯛(愛媛) 鮭(北海道) ホキ(ニュージーランド) いか(南米) えび(インドネシア) いわし(鹿児島) 豆腐(カナダ・愛媛) 揚げ・厚揚げ(カナダ) 大豆(北海道) 押しもち麦(愛媛) きくらげ(愛媛) たけのこ(愛媛) コーン(北海道) たまねぎ(北海道・愛媛・佐賀) じゃがいも(北海道・長崎・松山・鹿児島) さつまいも(徳島・千葉・茨城) こまつな(愛媛・福岡・松山・和歌山・広島) ほうれん草(愛媛・徳島・松山・福岡) キャベツ(愛媛・愛知・松山・高知・大分) きゅうり(愛媛・高知・宮崎・熊本) チンゲン菜(福岡・徳島・愛媛・熊本) はくさい(長崎・徳島・愛媛・熊本) にんじん(徳島・長崎・鹿児島・熊本) だいこん(長崎・熊本・香川・愛媛・鹿児島) えだまめ(北海道) レモン果汁(愛媛) いちご(愛媛) 清見タンゴール(愛媛) せとか(愛媛・松山) デコボン(愛媛・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】

味のめぐり…日本の味のめぐり献立

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。

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>

<松山市HP>

