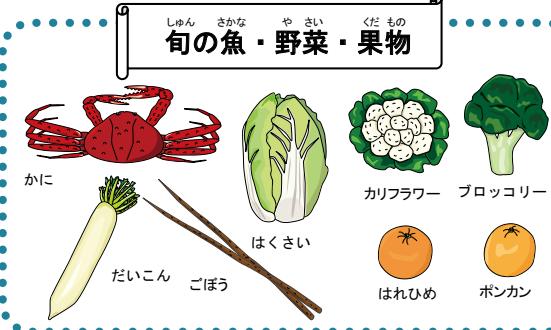
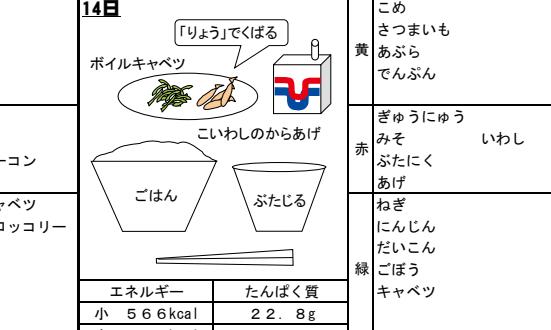
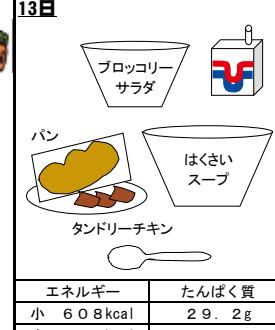
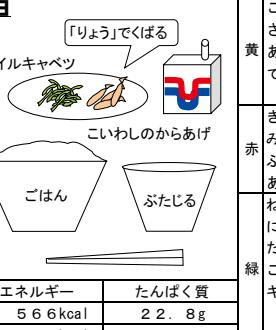
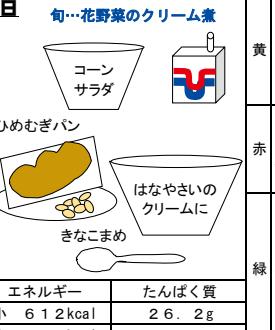
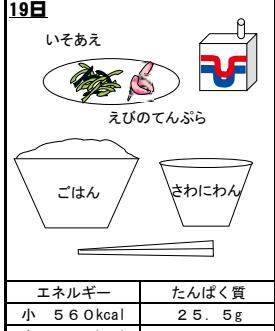
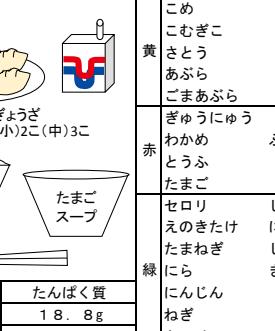
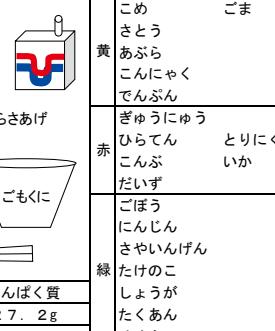
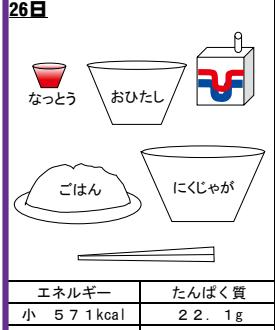
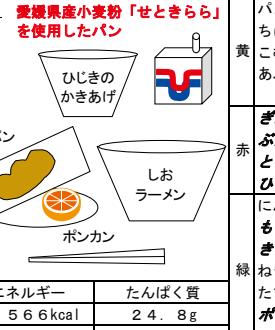
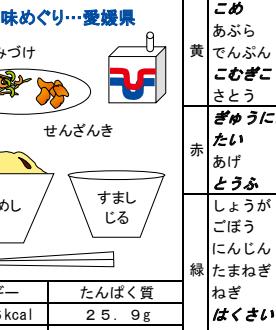
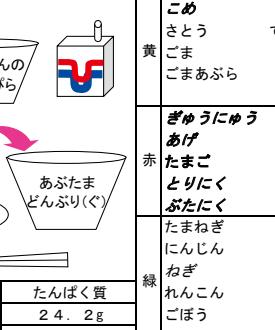


令和8年1月 予定献立表

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日																																																																																			
あじ味めぐり【愛媛県】 <p>愛媛県の『鯛めし』は、地域によって調理方法や食べ方に特徴があります。中予・東予地方では、鯛と米と一緒に炊き込み、炊きあがった後で鯛の身をほぐし、熱いごはんと混ぜて食べます。南予地方では、鯛の刺身をたれに漬け込み、たれごと熱いごはんの上にかけて食べる鯛めしが親しまれています。</p> <p>『せんざんき』は、鶏肉をしようゆ、酒、しょうが、にんにくなどに漬け込み、でん粉をまぶして揚げた東予地方の郷土料理です。</p> <p>『レモン風味漬』は、瀬戸内海の温暖な気候と水はけのよい土壌を生かして栽培されたレモンを使用しています。レモンは全国2位の生産量を誇ります。</p>	旬の魚・野菜・果物 																																																																																						
26~30日は 地場産物活用週間です <p>地域で生産された食材を積極的に取り入れることを推進する期間です。子どもたちが地域の食材や食文化について理解を深め、生産や流通に関わる人への感謝の気持ちを育むことを目的としています。この期間の愛媛県産の食材を太字で表記します。</p> 	13日  <table border="1"> <tr><td>パン</td><td>じゃがいも</td><td>ごはん</td></tr> <tr><td>黄</td><td>さとう</td><td>黄</td></tr> <tr><td>赤</td><td>あぶら</td><td>赤</td></tr> <tr><td>緑</td><td>ごま</td><td></td></tr> </table> 14日  <table border="1"> <tr><td>ボイルキャベツ</td><td>「りょう」でくばる</td><td>ごはん</td><td>ぶたじる</td></tr> <tr><td>黄</td><td>さつまいも</td><td>黄</td><td>赤</td></tr> <tr><td>赤</td><td>あぶら</td><td>赤</td><td>赤</td></tr> <tr><td>緑</td><td>ごま</td><td></td><td></td></tr> </table>	パン	じゃがいも	ごはん	黄	さとう	黄	赤	あぶら	赤	緑	ごま		ボイルキャベツ	「りょう」でくばる	ごはん	ぶたじる	黄	さつまいも	黄	赤	赤	あぶら	赤	赤	緑	ごま			15日  <table border="1"> <tr><td>コーン</td><td>さつまいも</td><td>ごはん</td></tr> <tr><td>黄</td><td>じゃがいも</td><td>黄</td></tr> <tr><td>赤</td><td>くろごと</td><td>赤</td></tr> <tr><td>緑</td><td>くろごと</td><td></td></tr> </table>	コーン	さつまいも	ごはん	黄	じゃがいも	黄	赤	くろごと	赤	緑	くろごと		16日  <table border="1"> <tr><td>はくさい</td><td>ひじき</td><td>あつあげ</td><td>ごはん</td></tr> <tr><td>黄</td><td>黄</td><td>赤</td><td>黄</td></tr> <tr><td>赤</td><td>赤</td><td>赤</td><td>赤</td></tr> <tr><td>緑</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	はくさい	ひじき	あつあげ	ごはん	黄	黄	赤	黄	赤	赤	赤	赤	緑																															
パン	じゃがいも	ごはん																																																																																					
黄	さとう	黄																																																																																					
赤	あぶら	赤																																																																																					
緑	ごま																																																																																						
ボイルキャベツ	「りょう」でくばる	ごはん	ぶたじる																																																																																				
黄	さつまいも	黄	赤																																																																																				
赤	あぶら	赤	赤																																																																																				
緑	ごま																																																																																						
コーン	さつまいも	ごはん																																																																																					
黄	じゃがいも	黄																																																																																					
赤	くろごと	赤																																																																																					
緑	くろごと																																																																																						
はくさい	ひじき	あつあげ	ごはん																																																																																				
黄	黄	赤	黄																																																																																				
赤	赤	赤	赤																																																																																				
緑																																																																																							
19日  <table border="1"> <tr><td>いそあえ</td><td>ごはん</td></tr> <tr><td>黄</td><td>黄</td></tr> <tr><td>赤</td><td>赤</td></tr> <tr><td>緑</td><td></td></tr> </table> 20日  <table border="1"> <tr><td>パン</td><td>みかん</td><td>ごはん</td><td>かにめし</td><td>みそしる</td></tr> <tr><td>黄</td><td>ドレッシング</td><td>黄</td><td>黄</td><td>黄</td></tr> <tr><td>赤</td><td>サラダ</td><td>赤</td><td>赤</td><td>赤</td></tr> <tr><td>緑</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	いそあえ	ごはん	黄	黄	赤	赤	緑		パン	みかん	ごはん	かにめし	みそしる	黄	ドレッシング	黄	黄	黄	赤	サラダ	赤	赤	赤	緑					21日  <table border="1"> <tr><td>ごまあえ</td><td>パン</td><td>ホキのからあげ</td><td>かにめし</td><td>みそしる</td></tr> <tr><td>黄</td><td>黄</td><td>赤</td><td>黄</td><td>黄</td></tr> <tr><td>赤</td><td>赤</td><td>赤</td><td>赤</td><td>赤</td></tr> <tr><td>緑</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	ごまあえ	パン	ホキのからあげ	かにめし	みそしる	黄	黄	赤	黄	黄	赤	赤	赤	赤	赤	緑					22日  <table border="1"> <tr><td>ナムル</td><td>ぎょうざ</td><td>ごはん</td><td>たまご</td><td>スープ</td></tr> <tr><td>黄</td><td>(小)2(中)3(大)</td><td>黄</td><td>赤</td><td>黄</td></tr> <tr><td>赤</td><td>赤</td><td>赤</td><td>赤</td><td>赤</td></tr> <tr><td>緑</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	ナムル	ぎょうざ	ごはん	たまご	スープ	黄	(小)2(中)3(大)	黄	赤	黄	赤	赤	赤	赤	赤	緑					23日  <table border="1"> <tr><td>そくせきづけ</td><td>いかのさらさあげ</td><td>ごはん</td><td>ごもくに</td></tr> <tr><td>黄</td><td>黄</td><td>黄</td><td>黄</td></tr> <tr><td>赤</td><td>赤</td><td>赤</td><td>赤</td></tr> <tr><td>緑</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	そくせきづけ	いかのさらさあげ	ごはん	ごもくに	黄	黄	黄	黄	赤	赤	赤	赤	緑			
いそあえ	ごはん																																																																																						
黄	黄																																																																																						
赤	赤																																																																																						
緑																																																																																							
パン	みかん	ごはん	かにめし	みそしる																																																																																			
黄	ドレッシング	黄	黄	黄																																																																																			
赤	サラダ	赤	赤	赤																																																																																			
緑																																																																																							
ごまあえ	パン	ホキのからあげ	かにめし	みそしる																																																																																			
黄	黄	赤	黄	黄																																																																																			
赤	赤	赤	赤	赤																																																																																			
緑																																																																																							
ナムル	ぎょうざ	ごはん	たまご	スープ																																																																																			
黄	(小)2(中)3(大)	黄	赤	黄																																																																																			
赤	赤	赤	赤	赤																																																																																			
緑																																																																																							
そくせきづけ	いかのさらさあげ	ごはん	ごもくに																																																																																				
黄	黄	黄	黄																																																																																				
赤	赤	赤	赤																																																																																				
緑																																																																																							
26日  <table border="1"> <tr><td>なつとう</td><td>おひたし</td><td>ごはん</td><td>にくじやが</td></tr> <tr><td>黄</td><td>黄</td><td>黄</td><td>黄</td></tr> <tr><td>赤</td><td>赤</td><td>赤</td><td>赤</td></tr> <tr><td>緑</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table> 27日  <table border="1"> <tr><td>パン</td><td>ひじきの</td><td>しょ</td><td>ポンカン</td></tr> <tr><td>黄</td><td>かきあげ</td><td>ラーメン</td><td>黄</td></tr> <tr><td>赤</td><td>赤</td><td>赤</td><td>赤</td></tr> <tr><td>緑</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	なつとう	おひたし	ごはん	にくじやが	黄	黄	黄	黄	赤	赤	赤	赤	緑				パン	ひじきの	しょ	ポンカン	黄	かきあげ	ラーメン	黄	赤	赤	赤	赤	緑				28日  <table border="1"> <tr><td>レモンふうみづけ</td><td>せんざんき</td><td>たいめし</td><td>すまじる</td></tr> <tr><td>黄</td><td>黄</td><td>黄</td><td>黄</td></tr> <tr><td>赤</td><td>赤</td><td>赤</td><td>赤</td></tr> <tr><td>緑</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	レモンふうみづけ	せんざんき	たいめし	すまじる	黄	黄	黄	黄	赤	赤	赤	赤	緑				29日 <table border="1"> <tr><td>ごはん</td><td>あぶたま</td><td>ごはん</td><td>あぶたま</td></tr> <tr><td>黄</td><td>どんぶり(べ)</td><td>黄</td><td>どんぶり(べ)</td></tr> <tr><td>赤</td><td>赤</td><td>赤</td><td>赤</td></tr> <tr><td>緑</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	ごはん	あぶたま	ごはん	あぶたま	黄	どんぶり(べ)	黄	どんぶり(べ)	赤	赤	赤	赤	緑				30日  <table border="1"> <tr><td>のり</td><td>ごま</td><td>ごくごはん</td><td>さといもの</td></tr> <tr><td>黄</td><td>黄</td><td>黄</td><td>黄</td></tr> <tr><td>赤</td><td>赤</td><td>赤</td><td>赤</td></tr> <tr><td>緑</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	のり	ごま	ごくごはん	さといもの	黄	黄	黄	黄	赤	赤	赤	赤	緑							
なつとう	おひたし	ごはん	にくじやが																																																																																				
黄	黄	黄	黄																																																																																				
赤	赤	赤	赤																																																																																				
緑																																																																																							
パン	ひじきの	しょ	ポンカン																																																																																				
黄	かきあげ	ラーメン	黄																																																																																				
赤	赤	赤	赤																																																																																				
緑																																																																																							
レモンふうみづけ	せんざんき	たいめし	すまじる																																																																																				
黄	黄	黄	黄																																																																																				
赤	赤	赤	赤																																																																																				
緑																																																																																							
ごはん	あぶたま	ごはん	あぶたま																																																																																				
黄	どんぶり(べ)	黄	どんぶり(べ)																																																																																				
赤	赤	赤	赤																																																																																				
緑																																																																																							
のり	ごま	ごくごはん	さといもの																																																																																				
黄	黄	黄	黄																																																																																				
赤	赤	赤	赤																																																																																				
緑																																																																																							

松山市学校給食の
今月の主要な食品の予定地図

牛肉(北海道・愛媛・九州地方) 豚肉・鶏肉(愛媛) 鯛(愛媛) ホキ(ニュージーランド) いか(南米) えび(インドネシア) 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) 昆布(宮城) ひじき(松山) たまねぎ(北海道)
じゃがいも(北海道・長崎・松山) さつまいも(徳島・茨城・千葉・鹿児島・熊本) こまつな(愛媛・福岡・徳島・茨城・広島・松山) ほうれん草(愛媛・徳島・松山・茨城) キャベツ(愛媛・松山・愛知) きゅうり(愛媛・高知・宮崎・熊本) にんにく(愛媛・青森) ねぎ(愛媛・香川・高知・徳島)
チンゲン菜(徳島・福岡・愛媛) はくさい(愛媛・岐阜・長崎) にんじん(長崎・熊本・鹿児島) だいこん(愛媛・熊本・長崎・香川) ごぼう(北海道・青森・鹿児島・岡山) パセリ(香川・愛媛・福岡) ゆず果汁(高知) レモン果汁(愛媛) 伊予柑(松山・愛媛) ポンカン(愛媛) ゆこう(徳島)

※(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【熟や色のものになる食品】

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

※ 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/kyouusoku/gakkoukyusoku.html>

