

## 令和8年2月 予定献立表

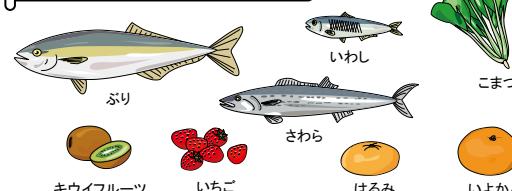
月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
2日 行事食…節分 (いわしのかばやき・節分豆) そくせきづけ せつぶんまめ いわしのかばやき ごはん こまつなのみそしる エネルギー たんぱく質 小 5.4 kcal 2.3. 7g 中 7.2 kcal 2.8. 5g	3日 いちごジャム パン あぶら あぶら さとう ぎゅうにゅう いわし パン クリームシチュー エネルギー たんぱく質 小 6.09 kcal 2.3. 1g 中 7.56 kcal 2.8. 6g	4日 いちごジャム すだちふうみづけ いかのてんぶら ごはん いそに エネルギー たんぱく質 小 6.14 kcal 2.3. 7g 中 7.87 kcal 3.0. 0g	5日 じゃがいも ごまあぶら あぶら はるみ とりにくのねぎソース ごはん ひじき たまご いか エネルギー たんぱく質 小 6.14 kcal 2.3. 7g 中 7.87 kcal 3.0. 0g	6日 あぶら アーモンド かわり きんぴら もちむぎ ごはん ぶたたま どんぶり(ぐ) エネルギー たんぱく質 小 6.02 kcal 2.6. 4g 中 7.52 kcal 3.2. 7g
9日 しそひじき ホキの ピクリアルフ ごはん とうふの ごもあんかけ エネルギー たんぱく質 小 6.29 kcal 2.8. 6g 中 7.94 kcal 3.5. 6g	10日 ひめむぎパン とりにくとやさいの いためのヨーグルト ひめむぎパン たまごスープ エネルギー たんぱく質 小 6.04 kcal 3.1. 7g 中 7.71 kcal 3.9. 4g	11日 建国記念の日	12日 ごめ くろさとう あぶら ひじき チーズ ごはん ポーク ビーンズ エネルギー たんぱく質 小 6.32 kcal 2.5. 6g 中 7.97 kcal 3.1. 0g	13日 ごまあえ さとう あぶら たいのこうみあげ わかめ みそにこみ うどん エネルギー たんぱく質 小 6.41 kcal 3.0. 0g 中 7.82 kcal 3.2. 5g
16日 味めぐり…秋田県 のり ぶりの あまからに ごはん きりたんぽ なべ エネルギー たんぱく質 小 6.36 kcal 2.6. 2g 中 7.54 kcal 2.7. 2g	17日 とれたて感謝の日…いよかん ちゅううかそば れんこんのかきあげ パン チャンポン いよかん エネルギー たんぱく質 小 5.73 kcal 2.5. 5g 中 7.20 kcal 3.1. 8g	18日 パン ちゅううかそば こむぎこ あぶら でんぶん （小）ぶどうゼリー ぎゅうにゅう かまぼこ にぼし パン ミネストローネ ひよこまめのピラフ エネルギー たんぱく質 小 6.52 kcal 2.3. 6g 中 8.00 kcal 2.7. 8g	19日 ごめ でんぶん さとう ラード ぶどうゼリー カラフル ナムル パン ちゅうか いちご エネルギー たんぱく質 小 5.88 kcal 2.5. 1g 中 7.32 kcal 3.1. 1g	20日 旬…さわらのからあげ いよあえ さわらのからあげ ごはん けんちん じる エネルギー たんぱく質 小 5.69 kcal 2.5. 0g 中 7.26 kcal 3.0. 0g
23日 天皇誕生日	24日 パン あぶら さとう いんげん マカロニ さけのたつたあげ ひじきごはん みそしる エネルギー たんぱく質 小 6.16 kcal 3.0. 0g 中 7.84 kcal 3.9. 3g	25日 アーモンドあえ アーモンド さとう いんげん マカロニ さけのたつたあげ ベーコン だいす とりにく なまごと トマト にんじん キャベツ セロリ かぼちゃ にんにく エリンギ エネルギー たんぱく質 小 6.04 kcal 2.7. 1g 中 7.62 kcal 3.3. 3g	26日 ごめ さとう アーモンド あぶら さとう でんぶん なっとう ごはん じゃがいもの そぼろに エネルギー たんぱく質 小 6.08 kcal 2.3. 7g 中 7.66 kcal 2.8. 5g	27日 ごめ もちむぎ くろさとう あぶら じゅわ （中）ぶどうゼリー なっとう ごはん もちむぎ エッグカレー （ルウ） エネルギー たんぱく質 小 6.23 kcal 2.1. 0g 中 8.29 kcal 2.4. 9g

## 味めぐり【秋田県】

『きりたんぽ鍋』は秋田県の郷土料理です。  
「たんぽ」とは、ご飯をすり潰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、短穂の意味である「短穂」から「たんぽ」と呼ばれるようになります。この「たんぽ」を鍋に入れる長さに「切った」ものが「きりたんぽ」です。「きりたんぽ鍋」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の（邪氣）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」とい言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、鬼は餃子の臭いと冬の葉のトゲが苦手なため、焼いた餃子の頭を冬の枝に刺した「冬の餃子」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) ジャガイモ(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) 基わかれ(日本) のり(愛媛・香川) ひじき(松山)

※（小）は小学校のみ、（中）は中学校のみを使用する食品を記載しています。  
黄（き） … 黄のグループ（熱や力のものとなる食品）  
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  
…地域の生産者が育てた野菜を使っています（食品は太字）

※ 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/kyuuusyoku/gakkoukyusyoku.html

