

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	
<p>2日 行事食…卒業祝い(赤飯)</p> <p>みつばいり かきあげ せきはん はちはいじる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 587kcal 21.2g 中 840kcal 26.4g</p>	<p>3日 行事食…ひなまつり(ちらし寿司)</p> <p>そくせきづけ たいのあられあげ ちらしずし あかだし</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 614kcal 25.2g 中 783kcal 31.1g</p>	<p>4日</p> <p>チーズ 幼小1に (中)2に コーン サラダ ひめむぎパン ひじき スパゲッティ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 584kcal 24.5g 中 734kcal 30.3g</p>	<p>5日</p> <p>かいそう サラダ せとか もちむぎ ごはん ハヤシライス (ルウ)</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 600kcal 20.3g 中 763kcal 24.7g</p>	<p>6日</p> <p>とりにくの マリナソース ごはん たまごスープ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 603kcal 25.2g 中 773kcal 31.0g</p>	
<p>9日 旬…鯛めし</p> <p>レモンふうみづけ とりにくのからあげ たいめし みそしる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 593kcal 27.8g 中 757kcal 34.6g</p>	<p>10日</p> <p>だいこん サラダ デコボン ごはん ちゅうかいため</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 580kcal 20.1g 中 745kcal 24.8g</p>	<p>11日</p> <p>こんぶ サラダ パン カレー ピーズ いちご</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 637kcal 29.2g 中 799kcal 36.2g</p>	<p>12日 味めぐり…宮城県</p> <p>はくさいのおひたし さけのたつたあげ わかめ ごはん おくずかけ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 589kcal 24.7g 中 750kcal 30.6g</p>	<p>13日</p> <p>ドレッシング サラダ こめこパン クリームスープ (小中)スイートアーモンド (幼)きよみタンゴール</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 609kcal 28.6g 中 761kcal 35.5g</p>	
<p>16日</p> <p>ほうれんそうのおひたし いわしのてんぷら ごはん のっぺい じる</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 556kcal 19.7g 中 721kcal 24.5g</p>	<p>17日</p> <p>きりぼしだいこんの ちゅうかサラダ (幼小)おいわい デザート ごはん あつあけの みそいため</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 677kcal 23.6g 中 776kcal 30.4g</p>	<p>18日</p> <p>フレンチ サラダ パン じゃがいもの ケチャップに (小中)だいずいり (幼)いりこ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 616kcal 27.7g 中 773kcal 34.1g</p>	<p>19日</p> <p>しそひじきあえ いかのてんぷら もちむぎ ごはん きつねうどん</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 615kcal 26.2g 中 766kcal 32.2g</p>	<p>20日</p> <p>しゅん ぶん ひ 春分の日</p>	
<p>23日</p> <p>きよみタンゴール とりにくの マリネ ターメリックライス はくさいスープ</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 581kcal 26.3g 中 764kcal 35.1g</p>	<p>24日</p> <p>なっとう アーモンド あえ ごはん にくじゃが</p> <p>エネルギー たんぱく質 小 642kcal 23.4g 中 794kcal 27.4g</p>	<p>旬の魚・野菜・果物</p> <p>しゅん さかな やさい くだもの たい みつば ひじき せとか デコボン きよみタンゴール</p>			<p>味めぐり【宮城県】</p> <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、豆麩、麺をだし汁で煮込み、名前のとおり「くず粉」で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。また、銀鮭はほとんどが養殖で、その約90%が宮城県です。給食では、『鮭の竜田揚げ』にしています。</p> <p>さけ</p>

松山市学校給食の 今月の主な食品の予定地

牛肉(北海道・愛媛・九州地方・香川) 豚肉・鶏肉(愛媛) 鯛(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】
 ☺ … 松山とれたて食品を使った料理(食材は太字にしています)

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
 ☺…三津浜独自献立の日

※ 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

