

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日	
<b>2日</b>  ひよこまめのピラフ ミネストローネ エネルギー たんぱく質 小 613kcal 23.4g 中 769kcal 28.5g		<b>3日 行事食…節分</b> <b>(いわしのかばやき・節分豆)</b> そくせきづけ  (小・中のみ) せつぶんまめ ごはん こまつなのみそしる エネルギー たんぱく質 小 574kcal 23.7g 中 725kcal 28.5g		<b>4日</b>  とりにくのねぎソース ごはん わかめスープ エネルギー たんぱく質 小 598kcal 24.6g 中 768kcal 29.1g		<b>5日</b>  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 560kcal 25.6g 中 724kcal 32.6g		<b>6日</b>  パン ちゅうかいため ポテトチップ エネルギー たんぱく質 小 605kcal 24.7g 中 763kcal 30.9g	
<b>9日</b>  いかのてんぷら ごはん いそに エネルギー たんぱく質 小 592kcal 28.6g 中 756kcal 35.8g		<b>10日</b>  さばのみそに ごはん けんちんじる エネルギー たんぱく質 小 593kcal 24.7g 中 765kcal 31.0g		<b>11日</b> けん こく き ねん ひ <b>建国記念の日</b>		<b>12日</b>  とりにくのからあげ うめごはん みそにこみうどん エネルギー たんぱく質 小 586kcal 25.2g 中 745kcal 32.6g		<b>13日</b>  こめパン クリームシチュー エネルギー たんぱく質 小 616kcal 25.9g 中 772kcal 31.9g	
<b>16日</b>  ごますあえ ごはん じゃがいものそばろに エネルギー たんぱく質 小 608kcal 23.5g 中 763kcal 27.9g		<b>17日 味めぐり…秋田県</b>  ぶりのあまからに ごはん きりたんぼなべ エネルギー たんぱく質 小 612kcal 24.0g 中 786kcal 29.6g				<b>19日</b>  とりにくやさいのいためもの ごはん たまごスープ エネルギー たんぱく質 小 606kcal 28.9g 中 781kcal 35.3g		<b>20日</b>  パン ポークビーンズ いちご エネルギー たんぱく質 小 614kcal 28.5g 中 767kcal 35.2g	
<b>23日</b> てん のう たん じょう ひ <b>天皇誕生日</b>		<b>24日</b>  ごはん とうふのごもあんかけ エネルギー たんぱく質 小 614kcal 28.2g 中 779kcal 35.2g		<b>25日 とれたて感謝の日…いよかん</b>  きわかめのサラダ もちむぎごはん エッグカレー(ルウ) エネルギー たんぱく質 小 640kcal 21.4g 中 816kcal 26.6g		<b>26日</b>  さわらのからあげ ひじきごはん みそしる エネルギー たんぱく質 小 601kcal 25.8g 中 758kcal 32.3g		<b>27日</b>  ひめむぎパン やさいたっぷりスープ (小・中のみ) ミルクキャラメルビーンズ エネルギー たんぱく質 小 598kcal 30.2g 中 752kcal 38.6g	

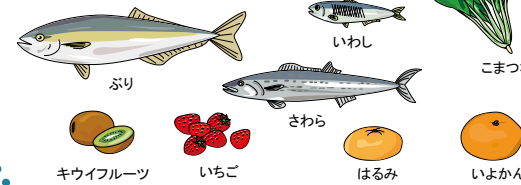
## 味めぐり【秋田県】

『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



## 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とされています。他にも、鬼は鰯の臭いと柊の葉のトゲが苦手なため、焼いた鰯の頭を柊の小枝に刺した「柊 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【熟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>



＜松山市HP＞