

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
<b>2日 行事食…節分</b> (いわしのかばやき・節分豆) せつぶんまめ いわしのかばやき ごはん こまつなみそしる エネルギー たんぱく質 小 593kcal 24.6g 中 749kcal 29.9g	<b>3日</b> コーン サラダ パン クリームシチュー いちご エネルギー たんぱく質 小 586kcal 24.4g 中 729kcal 29.9g	<b>4日</b> すだちふうみづけ いかのてんぷら ごはん いそに エネルギー たんぱく質 小 602kcal 29.4g 中 763kcal 36.3g	<b>5日</b> とりにくのねぎソース はるみ ごはん わかめスープ エネルギー たんぱく質 小 598kcal 21.9g 中 749kcal 26.5g	<b>6日</b> プリン かわり きんぴら もちむぎごはん ふたたまどんぶり(ぐ) エネルギー たんぱく質 小 630kcal 26.5g 中 798kcal 33.8g
<b>9日</b> ホキのピリカラフル ごはん とうふのごもくあんかけ エネルギー たんぱく質 小 634kcal 30.6g 中 806kcal 38.3g	<b>10日</b> ヨーグルト ひじき サラダ ひめむぎパン ポークビーンズ エネルギー たんぱく質 小 664kcal 31.0g 中 840kcal 37.6g	<b>11日</b> けん こく き ねん ひ <b>建国記念の日</b>		<b>12日</b> とりにくとやさいのいためもの はるみ ごはん たまごスープ エネルギー たんぱく質 小 628kcal 25.7g 中 797kcal 32.4g
<b>16日 味めぐり…秋田県</b> のり ごはん きりたんぼなべ エネルギー たんぱく質 小 630kcal 25.2g 中 808kcal 30.8g	<b>17日 とれたて感謝の日…いよかん</b> カラフルナムル パン ちゅうかいため いよかん エネルギー たんぱく質 小 641kcal 27.2g 中 810kcal 33.9g	<b>18日</b> ハンバーグのソースかけ 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 618kcal 24.0g 中 777kcal 29.2g	<b>19日</b> れんこんのかきあげ わかめごはん チャンポン エネルギー たんぱく質 小 560kcal 22.6g 中 712kcal 27.9g	<b>20日 旬…さわらのからあげ</b> いそあえ ごはん けんちんじる エネルギー たんぱく質 小 583kcal 25.9g 中 741kcal 32.0g
<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> なつとう ごまずあえ ごはん じゃがいものそばろに エネルギー たんぱく質 小 600kcal 23.2g 中 756kcal 27.3g	<b>25日</b> アーモンドあえ 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 598kcal 27.8g 中 756kcal 34.6g	<b>26日</b> とりにくとマカロニのトマトソースに パン やさいたっぷりスープ ミルクキャラメルビーンズ エネルギー たんぱく質 小 606kcal 31.6g 中 757kcal 39.5g	<b>27日</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 619kcal 20.9g 中 796kcal 26.0g

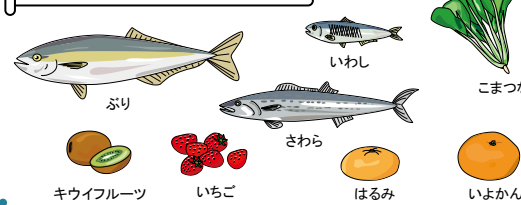
## 味めぐり【秋田県】

『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(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【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>



&lt;松山市HP&gt;