



学校給食で食べたい 我が家の献立
ご家庭で食べられている献立を、
学校給食に取り入れました。
お楽しみに！

令和3年3月 予定献立表



月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日	
1日 エネルギー たんぱく質 小 656kcal 27.2g 中 829kcal 32.7g		2日 行事食・・・ひなまつり (ちらしずし) エネルギー たんぱく質 小 657kcal 25.7g 中 834kcal 31.7g		3日 エネルギー たんぱく質 小 634kcal 22.7g 中 803kcal 28.0g		4日 味めぐり・・・宮崎県 エネルギー たんぱく質 小 637kcal 22.3g 中 807kcal 27.0g		5日 エネルギー たんぱく質 小 659kcal 22.0g 中 821kcal 27.0g	
8日 行事食・・・卒業祝い (納めし) エネルギー たんぱく質 小 630kcal 26.4g 中 804kcal 33.2g		9日 エネルギー たんぱく質 小 624kcal 23.2g 中 780kcal 28.8g		10日 エネルギー たんぱく質 小 738kcal 24.7g 中 911kcal 28.9g		11日 「りょう」でくぼる エネルギー たんぱく質 小 635kcal 27.8g 中 807kcal 34.5g		12日 エネルギー たんぱく質 小 619kcal 22.8g 中 765kcal 28.2g	
15日 我が家の献立 優秀作品 ぶたにくのかりかりあげ エネルギー たんぱく質 小 637kcal 26.5g 中 805kcal 32.5g		16日 エネルギー たんぱく質 小 673kcal 27.0g 中 909kcal 35.2g		17日 旬・・・切干大根と ひじきの煮もの エネルギー たんぱく質 小 633kcal 25.0g 中 811kcal 31.2g		18日 エネルギー たんぱく質 小 649kcal 26.2g 中 804kcal 31.9g		19日 エネルギー たんぱく質 小 665kcal 30.6g 中 844kcal 39.1g	
22日 エネルギー たんぱく質 小 727kcal 30.4g 中 853kcal 36.5g		23日 エネルギー たんぱく質 小 664kcal 27.0g 中 833kcal 32.6g		24日 エネルギー たんぱく質 小 665kcal 28.3g 中 833kcal 35.2g		宮崎県の味めぐり エネルギー たんぱく質 小 665kcal 28.3g 中 833kcal 35.2g		旬の魚・野菜・果物 エネルギー たんぱく質 小 665kcal 28.3g 中 833kcal 35.2g	

松山市学校給食の
今月の主な食品の予定産地

牛肉(北海道・愛媛・九州・四国) 豚肉(愛媛) 鶏肉(愛媛) たい(愛媛) いわし(愛媛) ホキ(ニュージーランド) えび(インドネシア) いか(南米) 豆腐・あげ(カナダ・アメリカ) かまぼこ・すり身(北海道) 大豆(北海道) 押もち麦(愛媛) ひじき(松山) わかめ(岩手)
じゃがいも(北海道・長崎・鹿児島・愛媛) こまつな(愛媛・福岡・徳島) にんじん(長崎・鹿児島・徳島) みつば(大分・高知・徳島・三重) キャベツ(松山・愛媛・愛知・熊本) きゅうり(高知・愛媛・熊本・宮崎) ごぼう(北海道・青森・鹿児島・岡山) たけのこ(愛媛)
だいこん(長崎・熊本・大分・香川・鹿児島・宮崎) たまねぎ(北海道・兵庫・愛媛) はくさい(長崎・徳島・愛媛・熊本) 清見タンゴール(愛媛) せとか(愛媛) デコボン(愛媛) えのき茸(愛媛・宮崎・長野・熊本) しめじ(香川・福岡) しいたけ(九州) きくらげ(愛媛)

※ (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。
赤 (あか) … 赤のグループ【血や筋肉や骨をつくる食べ物】
黄 (き) … 黄のグループ【熱や力のもととなる食べ物】
緑 (みどり) … 緑のグループ【からだの調子をととのえる食べ物】

味めぐり…日本の味めぐり
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。
※ 松山市の学校給食のホームページ…<http://www.city.matsuyama.ehime.jp/kurashi/kosodate/kyuusyoku/gakkoukyusyoku.html>