

平成30年12月 予定献立表



松山市湯山学校給食共同調理場

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
3日 エネルギー たんぱく質 小 605kcal 22.9g 中 771kcal 28.4g	4日 旬…ブロッコリーサラダ エネルギー たんぱく質 小 664kcal 22.3g 中 833kcal 27.0g	5日 エネルギー たんぱく質 小 616kcal 26.4g 中 768kcal 32.7g	6日 エネルギー たんぱく質 小 597kcal 20.0g 中 772kcal 24.7g	7日 とれたて感謝の日…庄大根 エネルギー たんぱく質 小 621kcal 25.4g 中 773kcal 31.2g
10日 エネルギー たんぱく質 小 605kcal 24.3g 中 766kcal 30.4g	11日 エネルギー たんぱく質 小 598kcal 23.7g 中 756kcal 28.7g	12日 エネルギー たんぱく質 小 594kcal 22.8g 中 748kcal 28.6g	13日 エネルギー たんぱく質 小 619kcal 23.5g 中 763kcal 28.3g	14日 エネルギー たんぱく質 小 613kcal 23.1g 中 754kcal 28.2g
17日 行事食…冬至 (かぼちゃのそぼろに) エネルギー たんぱく質 小 613kcal 26.0g 中 778kcal 32.1g	18日 エネルギー たんぱく質 小 599kcal 22.6g 中 769kcal 28.4g	19日 エネルギー たんぱく質 小 591kcal 24.4g 中 755kcal 31.2g	20日 味めぐり…石川県 エネルギー たんぱく質 小 621kcal 23.5g 中 790kcal 28.9g	21日 エネルギー たんぱく質 小 682kcal 26.8g 中 841kcal 33.0g
24日 振りかえきゆうじつ 振替休日	25日 終業式	いしかわけん あじ 石川県の味めぐり <p>今月は、石川県の味めぐりです。「治部煮」は、江戸時代から石川県に伝わる郷土料理です。だし汁に醤油、みりん、砂糖、酒を合わせ、そぎ切りにした鶏肉や鶏肉、野菜や麩などを煮込みます。「治部煮」という名前は、煮ているときに「じぶじぶ」という音がするからや、この料理を考えた岡部治部衛門という人の名前からなど、さまざまな説があります。昔は冬の料理でしたが、現在では旬の食材を組み合わせ、一年を通して食べられています。</p>		

牛肉(北海道・愛媛) 豚肉(愛媛) 鶏肉(愛媛) たら(アメリカ) 帆立(北海道) えび(インドネシア) かりゆりめん(愛媛) 煮干し(香川) 平天・竹輪(北海道) 豆腐・油揚げ(カナダ・アメリカ) あげ麩(山形) 大豆(北海道) じゃがいも(北海道・愛媛・長崎) たまねぎ(北海道) キャベツ(愛媛・愛知・熊本・徳島) きゅうり(愛媛・高知・宮崎・熊本・愛知) ごぼう(北海道・青森・千葉) さつま芋(徳島・宮崎) 庄大根(松山) ブロッコリー(愛媛・香川・徳島・鳥取) 白菜(愛媛・熊本・徳島) 春菊(愛媛・福岡) ほうれんそう(愛媛・徳島) こまつな(愛媛・福岡・徳島) かぶ(愛媛) しょうが(高知・熊本) ゆず(高知) 京ねぎ(愛媛・鳥取・大分) パセリ(香川・徳島) エリンギ(香川) しめじ(香川) きくらげ(愛媛) みかん(愛媛) わかめ(兵庫) 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。
 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】
 旬めぐり…日本の味めぐり
 旬 … 旬の食材を活かした献立
 とれたて感謝の日…松山産の食材を活かした献立
 ※ 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>