１０月のきゅうしょくこんだてひょう

令和７年

◎ おはしは毎日持ってきましょう。
◎ 材料の都合により献立を変更することがあります。

稲美町教育委員会

学校給食費について

第6期(10月分) 5100円は、10月27日(月)に 届け出のあった口座より引き落とします。

★は、新メニューです。

秋の味覚

秋は、多くの作物が実り、食べ物がおいしい季節です。給食でも、さつまいも、里芋、れんこん、プルーン、枝豆、りんご、きのこ、さばなどの秋の味覚を味わいます。

月よう	火よう	水よう	木よう	金よう
⑥ てりやきチキン / つきみだんご / えだまめごはん / えのきたけいりすましじる	⑦ ★カバリャコントマテ(さばのトマトソース) / ごはん / オニオンスープ	① プルーン / にこみハンバーグ / パン / トマトとたまごのスープ	⑨ ホイコーロー / ごはん / とうふのちゅうかスープ	③ にんじんシリシリ / しおざけ / ごはん / さつまじる
10月6日は中秋の名月です。日本には、月に秋の実りやだんごを供えるお月見という行事があります。	カバリャコントマテは、スペインの料理です。油で揚げたさばにトマトソースをかけています。	プルーンは、ドライフルーツとして食べることが多いですが、旬の今は、生のプルーンが味わえます。	ホイコーローは、中国の料理です。豚肉とキャベツなどの野菜を炒めています。	さつまいもは秋が旬です。ビタミンCや食物繊維を多く含んでいます。
⑧ カレーミート / ナン / チキンスープ	⑩ ささみフライ / ★ガパオライス / ビーフンスープ			
カレーとナンは、インドで広く食べられています。カレーは、地域や家庭で使うスパイスが違うそうです。	ガパオライスは、バジル炒めごはんのことで、タイでよく食べられている料理だそうです。			

2025 稲美 給食万博 10/6~10/10

大阪・関西万博は、未来の社会や世界のさまざまな文化にふれる場でした。万博閉幕前の1週間、給食では、2025 稲美・給食万博として、いろいろな国の料理を味わいます。
・10月6日…日本　お月見にちなんだ枝豆ごはんと月見だんご　・7日…スペイン　・8日…インド　・9日…中国　・10日…タイ
給食だより10月号に詳しく書いています。

⑭ ヨーグルト / かんぴょうのちらしずし / とうふじる	⑮ ハムサラダ / パン / きのこシチュー	⑯ いわしのアングレーズ / ごはん / しいたけとチンゲンさいのスープ	⑰ やさいのゆずふうみ / あじつけのり / もちむぎごはん / ぶたにくのみそに	
お祭りによく食べられる巻きずしに入っているかんぴょうをちらしずしに入れました。	きのこシチューには、しめじ、まいたけ、マッシュルームが入っています。	いわしのアングレーズは、唐揚げにしたいわしに、ソース味のたれをからめて、煎ったパン粉をまぶした料理です。	**ひょうごの日** 米、もち麦、みそ(稲美町) ゆず果汁(姫路市) もやし、親鶏、味つけのり(兵庫県)	
⑳ ぶどうゼリー / ドライカレー / フォースープ	㉑ バンサンスー / ごはん / まーぼーどうふ	㉒ きりぼしだいこんのチャプチェ / きなこパン / とりだんごスープ	㉓ こまつなのおひたし / ごはん / かんとうに	㉔ コーンキャベツ / とりにくのスタミナやき / ごはん / たまねぎのみそしる
フォーは、ベトナムで食べられるめんで、米粉からつくられています。	バンサンスーは、好きな給食ランキングのサラダ和え物部門で4位でした。	きなこパンは、給食室の大きな釜で揚げたパンに、きなこと黒糖をまぶしています。	小松菜は、稲美町で1年中栽培されています。ビタミンAを多く含んでいます。	鶏肉のスタミナ焼きは、好きな給食ランキングの小おかず部門で4位でした。
㉗ ピーマンとちくわのいためもの / あげシューマイ / ごはん / はるさめスープ	㉘ きりぼしだいこんのすのもの / ごはん / じゃがいもとたこずのうまに	㉙ さつまいものかきあげ / ミニパン / にこみうどん	㉚ りんご / くきわかめのにもの / ごはん / ぶたじる	㉛ ふくじんづけ / あきやさいカレー / ひじきサラダ
給食のはるさめは、じゃがいもや、さつまいものでんぷんからつくられています。	切干大根は、大根がたくさんとれる時期に、細く切って干してつくる保存食です。	給食のかき揚げは、衣に米粉を使っているのでカリッとした食感です。	りんごは、日本だけで2000種類もの品種があるそうです。この時期にいちばんおいしい品種が届く予定です。	秋野菜カレーには秋が旬の里芋、れんこん、しめじ、まいたけ、りんごが入っています。