

# 3月のきゅうしょくこんだてひょう

令和8年



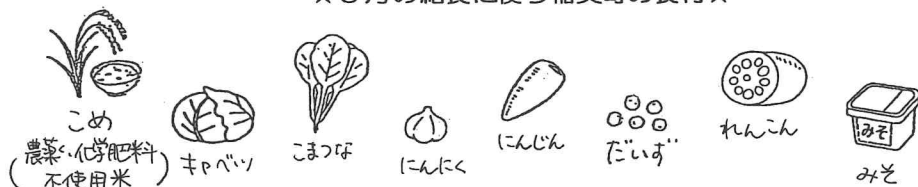
◎ おはしは毎日持ってきましょう。

◎ 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

月よう	火よう	水よう	木よう	金よう
<p>②</p> <p>わかめの4又穫は、3月から4月で、とれたわかめを塩わかめや乾燥わかめにして保存します。</p>	<p>③ ひなまつりメニュー</p> <p>ひなあられは、ひしもちを砕いてつくたお菓子で、四季を表す色(桃・緑・黄・白)で一年間の健康を願います。</p>	<p>④</p> <p>和風カレーうどんは、1皿を使わずにかたくり粉とろみをつけています。和風だしがきいた人気メニューです。</p>	<p>⑤</p> <p>みその主な原料である大豆は、良質のたんぱく質を多く含む食品で、「畑の肉」といわれています。</p>	<p>⑥</p> <p>いわしのアングレーズは、揚げたいわしにソースをつけ、少したんぱく粉をまぶしてつくりまします。</p>
<p>⑨</p> <p>ヤンニョムチキンは、コチュジャン、にんにく、砂糖でつくる甘いソースで味付けした韓国のフライドチキンの一種です。</p>	<p>⑩</p> <p>筑前煮は、福岡県の郷土料理です。この地方では、「かめ煮」とも呼ばれています。</p>	<p>⑪</p> <p>いなみのりっちゃんサラダは、絵本の「サラダで元気」のサラダを稲美町でアレンジしました。</p>	<p>⑫</p> <p>バンサンスーは、「細く切った野菜の和えもの」という意味の中国の料理です。</p>	<p>⑬</p> <p>「春雨」という名前は、春の雨である春雨を連想させることからついたといわれています。</p>
<p>⑬</p> <p>やさいのゆずらみ</p>	<p>⑭</p> <p>あかえいは、瀬戸内海のとれる魚です。安くおいしい魚ですが、最近では消費量が減ってきているそうです。</p>	<p>⑮</p> <p>卒業お祝い献立 6年生の卒業を赤飯でお祝いします。</p>	<p>メニュー紹介</p> <p>【材料】 4人分</p> <p>いわしの開き 4尾</p> <p>A { 酒 10g 土しろうが 5g 濃口しょうゆ 10g</p> <p>かたくり粉・揚げ油 適量</p> <p>ウスターソース 35g</p> <p>砂糖 23g</p> <p>パン粉 40g</p> <p>【作り方】</p> <p>① 土しろうがはすりおろしておく。</p> <p>② いわしの開きはAの調味料で下味をつける。</p> <p>③ ウスターソースと砂糖を火にかけて、ソースをつくる。</p> <p>④ パン粉はきつね色になるまで炒しておく。</p> <p>⑤ ②にかたくり粉をつけて油で揚げる。</p> <p>⑥ 揚げたいわしに③のソースをからめ、パン粉をつける。</p>	

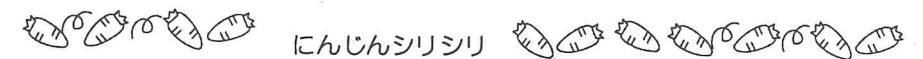
## ☆3月の給食に使う稲美町の食材☆



今年度の給食には、41種類もの稲美町産の食材を使うことができました。つくってくださった生産者さんに感謝していただきます。

## 学校給食費について

第11期(3月分)は、3月25日(水)に届出のあった口座より引き落とします。



【材料】 4人分

にんじん 200g  
ツナ缶詰 10g  
A { 砂糖 4g  
濃口しょうゆ 10g  
酒 8g  
ごま油 3g

【作り方】

- ① にんじんは千切りにする。
- ② ツナ缶詰は油をきる。
- ③ 鍋にごま油を熱し、にんじん、ツナを入れて炒める。
- ④ Aの調味料で味付けする。