

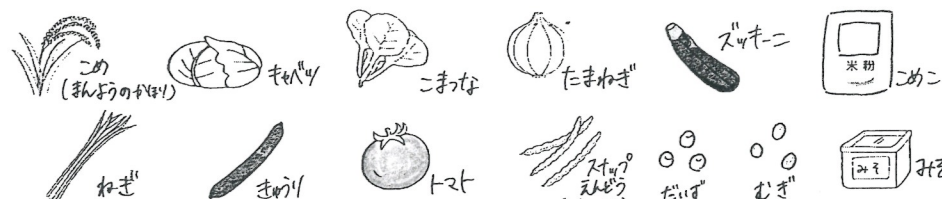
5月のきゅうしょくこんだてひょう

2026年(稲美北中)

◎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

5月の給食に使う稲美町の食材



ひじきスパゲティ

《材料 2人分》

スパゲティ 160g

サラダ油 適量

鶏もも肉 80g

にんじん 40g

いんげん 40g

野菜天 40g

油揚げ 12g

芽ひじき 大さじ1

サラダ油

適量

濃口しょうゆ 大さじ1/2

砂糖 大さじ1

だしかつお 適量

塩 少々

13日の給食に必ず

《作り方》

①ひじきは洗って水で戻し、にんじん、油揚げ、野菜天はせん切りする。

②いんげんはいんげんは1cm幅に切って、さっとゆでしておく。

③かつおでだしをとっておく。(200ccくらい)

④スパゲティを表示の時間通りにゆでる。

⑤フライパンにサラダ油を熱し、一口大に切った鶏肉を炒め、色が変わったらひじき、油揚げを加えて炒める。

⑥⑤にだしをいれ、にんじん、調味料を加えて、にんじんに火を通す。

⑦⑥にゆであがったスパゲティといんげんを加えて混ぜて完成!



ハナハ夜

今年は
5月2日です

ハナハ夜は、立春(2月4日頃)から数えて88日目のこと、霜が降りなくなり茶みや作物の種まきの目安の日です。
新茶は不老長寿(健康・長生き)の縁起物とされています。

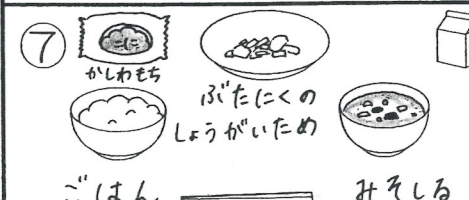


金よう

石けんを使って
手を
洗おう!

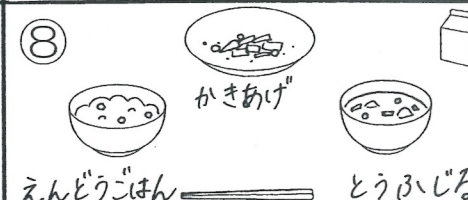


木よう



ごはん ———— みそしる

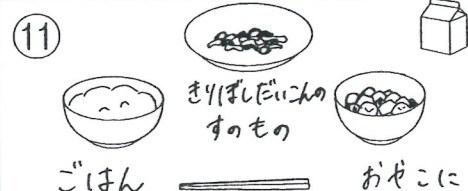
5月5日の端午の節句に食べるかしわもち。子どもの成長を願う行事食です。



えんどうごはん ———— とうふじる

春が旬のうすいえんどうをっか、たごはんです。上品な甘さほくろした食感を楽しめよう。

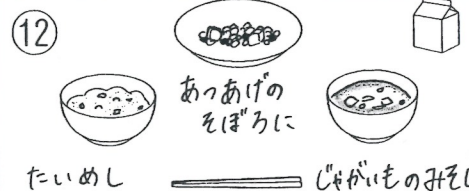
月よう



ごはん ———— おせこに

切り木根は大根を干して作ります。食物繊維が多く含まれています。

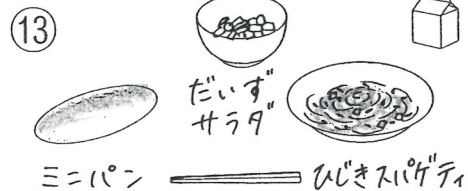
火よう



たいめし ———— じゃがいものみそじ

鯛めしは愛媛県の特産料理です。給食では焼いた鯛と昆布を炊きこんでつくります。

水よう



ミニパン ———— ひじきスパゲティ

ひじきは春から初夏が旬です。淡路島の鳴門海峡海域でよくとれるそうです。

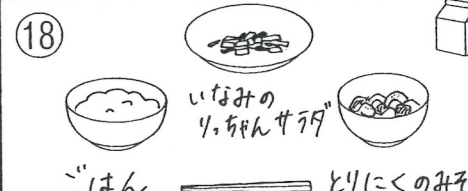
給食費について

第1期(4月分)5100円は、5月25日に届け出のあった口座より引き落とします。



キンチチャーハン ———— フォースープ

キンチは朝鮮半島の漬物です。白菜やきゅうり、木根などの野菜でつくります。



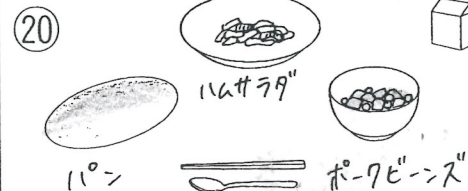
ごはん ———— とりにくのみそに

いなみの%ちゃんサラダは、絵本の「サラダげんき」に出てくるサラダをお手本にしました。



ごはん ———— ばちじる

*ひょうごの日*米(万葉の香)、たまねぎ、ねぎ[稲美町]、あじ、そうめんばち[兵庫県]



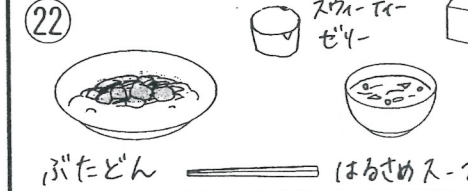
パン ———— ポークビーンズ

大豆はたんぱく質を豊富に含んでいることから「畑の肉」とよばれます。



ごはん ———— あおなのみそしる

魚鱈は春にとれる魚でしたが、近年は海水温も上がり、1年中とれるようになりました。



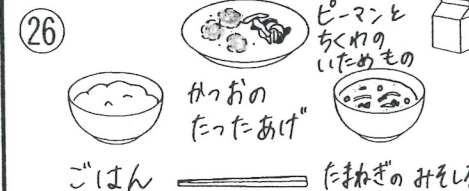
ぶたどん ———— はるさめスープ

スウィーティーはグレープフルーツに似た果物で、さっぱりした甘さがあります。



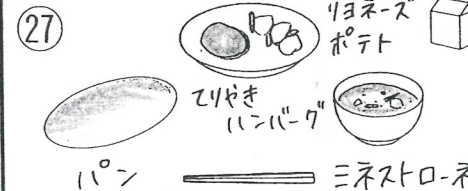
カレーライス ———— コールスローサラダ

コールスローとは、野菜を千切りやみじん切りにして作るサラダのことです。



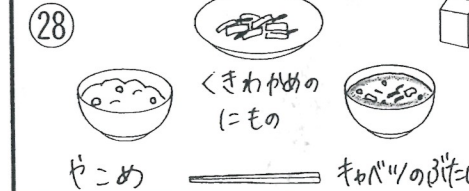
ごはん ———— たまねぎのみそしる

かつおは、旬が春と秋の2回あり、5月頃にとれるかつおは「初がっお」とよばれます。



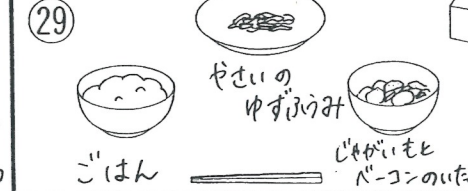
パン ———— ミネストローネ

ミネストローネに入っているズッキーニは、きゅうりに似ていますが、かぼちゃの仲間です。



やこめ ———— キバツの汁

茎わかめはわかめの葉の中心部分で、ユリコリしています。よくかんでいただきます。



ごはん ———— じゃがいもとベーコンのいため

野菜のゆず風味の親じりは、卵を産み終えたにわりのお母さんごうみの特徴です。