

令和8年

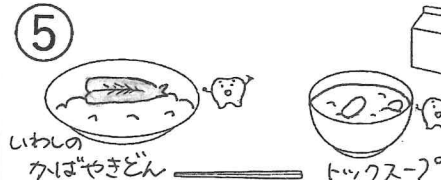
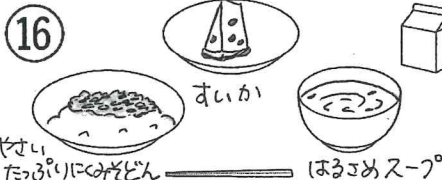
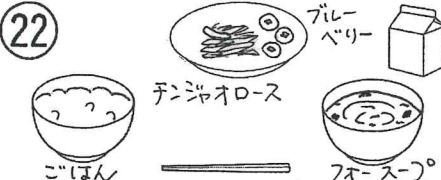
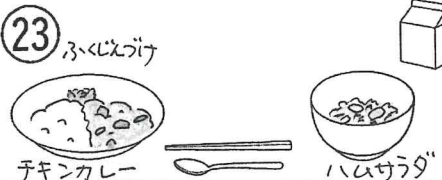


◎ おはしは毎日持ってきてきましょう。

◎ 材料の都合により献立を変更することがあります。

★新×二一

稲美町教育委員会

月よう	火よう	水よう	木よう	金よう
①  ごはん はるの いためもの かきたまじる 給食のはるめは、じゃがいもとさまい ものでんぷんが原料です。	②  ごはん とりにく のスタミナやき ふゆすまじる ふゆは、小麦粉からつくられています。焼きふ ゆと生ふゆがあり、給食では焼きふゆを使いま す。	③  ミニパン ごほう サラダ やきそば ごほうは、食物繊維が豊富で、その 量は野菜の中でもトップクラスです。	④  かみかみごはん こまつなと みぶらみぜの ごまいため とうふじる かみかみごはんには、糸状の切った するめが入っています。よくかんで食べましょ う。	⑤  いわしの かばやきどん トックスープ いわしには細い骨があります。奥歯 でよくかむと骨も食べられます。
⑧  ごはん おくらの かまがえ あんみつ おくらには夏が旬の野菜です。断面が星形と していますが丸形や八角形の品種もあります。	⑨  ごはん おかひじきの おびashi だいずまい おかひじきは、山形県の特産品で、 シャキシャキとした食感が特徴です。	⑩  パン とりにく のさっぱり ミネストローネ ミネストローネは、イタリアの具だくさんス ープです。季節の新鮮な野菜をつくりま す。	⑪  ごはん すずきの しおやき じゃがいものみそ すずきは、夏が旬の魚で、瀬戸内海でも とれます。成長とともに名前がかわる出世魚 です。	⑫  ★ ツナコーンピラフ フルーツ ヨーグルト やさいスープ ツナコーンピラフは、新南が丘です。ツナや コーンなどの備蓄食材を使っています。
⑮  ごはん にくとじゃがいもの きんぴら たまごみそ 新じゃがの季節です。細く切った新じゃが を油で揚げてきんぴらにしました。	⑯  やさい すいか はるの いためもの すいかは英語でウォーターメロンといわ れるほど水分を多く含んでいます。	【材料4人分】 ☆メニュー紹介 鶏肉のスタミナ焼き 人気メニュー 鶏もも肉(60g) 4切れ 濃口しょうゆ 大さじ1 ① ねぎは小口切り、にんにくと土しょうがはすりおろす。 さとう 大さじ1 ② 鶏肉以外のすべての材料を混ぜてたれをつくり、鶏肉を 漬け込んでしばらくおく。(冷蔵庫で保存) ごま油 小さじ1 ③ フライパンにサラダ油(適量)を熱し、②を焼く。 ねぎ 15g にんにく 1g 土しょうが 1.5g		⑲  ごはん たちうおの かまがえ わかめのみそ ※たまねぎ・にんじん・ねぎ・みそ・米粉は 稲美町産、たちうお・とうふ・わかめは兵庫県産
⑳  ごはん チンジャオロース フォースープ チンジャオロースは、糸状の切りにしたピー マンと肉を炒めた中華料理です。	㉓  チキンカレー ハムサラダ 給食の福神漬けは、着色料を使 わず、いはいのしょうゆの自然な色をしていま す。	㉔  パン たちうおの にこみハンバーグ チキン スープ 夏野菜の煮込みハンバーグには、稲美町 産のたまねぎ・トマト、ズッキーニが入いま す。	㉕  ごはん すしだた わかめスープ 酢豚や酢のものに使っている酢には、 食欲を増進させる効果があります。	口座振替のお知らせ 第2期(5月分)5,100円 は、6月25日(木)に届け出 のあった口座より引落します。 
㉙  うめ かつおごはん たちうお のさっぱり みそ 梅かつおごはんは、梅干しを丸ごと 炊き込んでいます。種に気をつけて食べましょ う。	③①  ごはん ぶたにくと たちうおの みそがらめ はるの いためもの 豚肉と大豆には、ビタミンB1という 栄養素が多く含まれています。	6月4日から10日は、「歯と口の健康週間」です。 かみかみ献立に歯のマークをつ けています。 		☆6月の給食に使う稲美町の食材☆ 