

6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。

★ 新メニュー

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 八宝菜のいためもの かきたまじる 給食のはちめきは、じゃがいもやごぼう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 ぶのすましじる ぶは小麦粉からつくられています。焼きふと生ふがあり、給食では焼きふを使っています。	③ ミニパン ごほうサラダ やきそば ごほうは食物繊維が多く、その量は野菜の中でトップクラスです。	④ かみかみごはん こまつとあぐらめ ごまいため とろろじる かみかみごはんには、細く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 いわしのかいやきどん トックスーパ 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 おくらのかきあげ えのきとけいりすましじる おくらは夏が旬の野菜です。断面が星形をしています。丸形や八角形の品種もあります。	⑨ ごはん おかひじきのおひたし だんごのうまに 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 ミニパン 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。季節の新鮮な野菜でつくります。	⑪ ごはん すずきのしおやき じゃがいもみそ汁 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変わる出世魚です。	⑫ ごはん ツナコーンシロフ やきそば ツナコーンシロフは新南産です。ツナやコーンなどの偏食食材を使っています。
⑮ ごはん にくとじりのきんぴら たまごみそ汁 新じゃがの季節です。細く切った新じゃがを油で揚げ、きんぴらにしました。	⑯ ごはん すいか とりにくのスタミナやき 八宝菜のいためもの 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。	⑰ ミニパン ツナみそドレッシングサラダ わがやスパゲティ 和風スパゲティには、しめじ、エリンギ、えのきたけなどのきのこが入っています。	⑱ ごはん てさいのやぶそうめい かんじり かんじりに入っている肉は、牛のふくらはぎ付の肉です。よく煮ることによって柔らかくなります。	⑲ ごはん たちうおのからあげ わかめのみそ汁 米たまねぎ、にんじん、ねぎ、みそ、米粉は稲美町産です。たちうお、とうふ、わかめは兵庫産です。
⑳ ごはん テンジャオロース たまごみそ汁 テンジャオロースは、細く切ったピーマンと肉を炒めた中華料理です。	㉑ ごはん チキンカレー ハムサラダ 給食の福神漬は、着色料を使わず、自然の色をしています。	㉒ ミニパン 夏野菜の煮込みハンバーグ 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、ズッキーニが入っています。	㉓ ごはん さば わかめスープ 西作豚や西作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。	㉔ ごはん さしみのしおやき かんじり きゅうりは、一年中食べることが出来ますが、本来は夏が旬の野菜です。
㉙ うめ かみかみごはん 大豆のそぼろ みそ汁 梅かつおごはんは、梅干しを丸ごと炊きこんでいます。種に気をつけて食べましょう。	㉚ ごはん ぶたにくとだんご みそがらめ ほうろじる 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月の給食に使う稲美町の食材☆		