１１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。

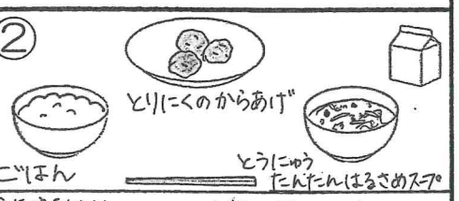
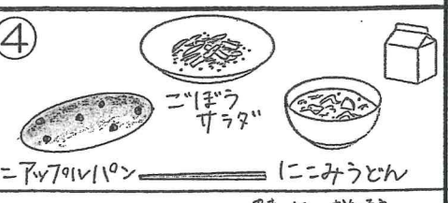
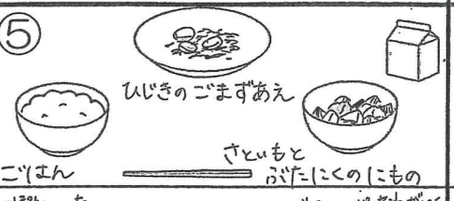
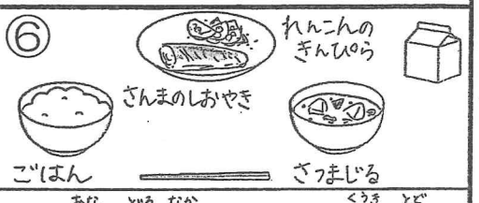
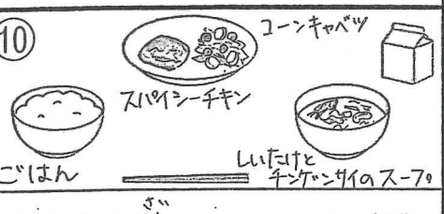
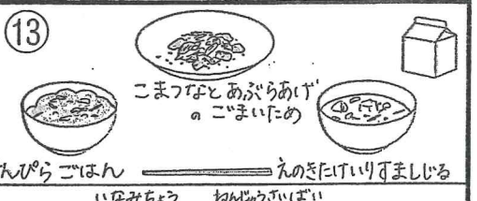
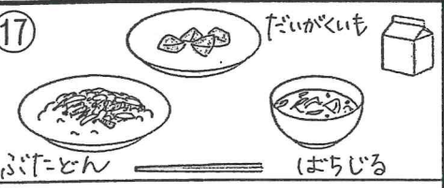
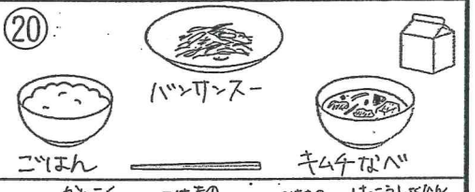
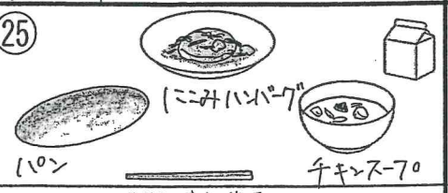
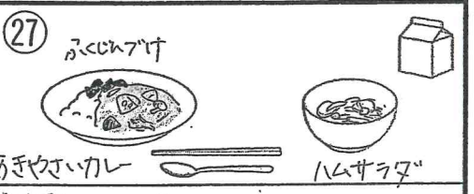
稲美町教育委員会

★は新メニューです

亥の子

11月の最初の亥の日を「亥の子」といい、今年は、11月9日です。亥の子には、亥の子もちや穀物を混ぜたおもちを食べて健康を願います。



月	火	水	木	金
②  豆乳担々はるさめは、6年4組の　さんが考えた料理です。給食向けにスープにしました。		④  ミニアップルパンには、りんごを甘く煮て乾燥させたドライアップルをパン生地に練りこんで焼いています。	⑤  日本で食べられているひじきは、約90%が外国産ですが、給食のひじきは、淡路島産です。	⑥  れんこんの穴は、泥の中にあるれんこんに、空気を届けるための空気穴で、水の上にある葉からつながっています。
⑨  「亥の子」の日にちなんで、いろいろな穀類を混ぜた雑穀ごはんです。	⑩  しいたけとチンゲン菜のスープには、しょうがが入っているので、体があたたまります。	⑪  ブロッコリーとコーンのごまマヨサラダは、6年2組のさんが考えた料理です。	⑫  なめこ汁は、6年1組の　さんが考えた料理です。給食向けに、具を増やしました。	⑬  こまつなは、稲美町で1年中栽培されています。1年間に5~6回収穫できるそうです。
⑯  高野豆腐は、豆腐を凍らせたあと、乾燥させてつくります。凍り豆腐や　しみ豆腐とも言われます。	⑰  そうめんをつくるときにできる「そうめんばち」を使ったばち汁は、播磨地域の郷土料理です。	⑱  給食で使っている大豆は稲美町産で、収穫した時に、給食で1年間に使う分を取りおいてもらっています。	⑲  **ひょうごの日** みそ…稲美町　あじ、とうふ、もやし…兵庫県	⑳  キムチは、韓国のお漬物です。お漬物は発酵食品で、発酵食品には、免疫力を上げる働きがあります。
 24日は、和食のおいしさの基本「だし」を味わう献立です。	㉔ 和食の日献立 こぎつねごはんは削り節、とうふ汁は昆布と削り節、はくさいのたいたんは、煮干しでだしをとっています。	㉕  マッシュルームは、世界で最も生産されているきのこです。給食では、兵庫県産のマッシュルームです。	㉖  秋鮭のちゃんちゃん焼きは、6年3組のさんが考えた料理です。	㉗  秋野菜カレーには、里いも、れんこん、しめじ、りんごなどが入っています。
㉚  みかんは2個で1日に必要なビタミンCをとることができます。ビタミンCは、風邪の予防に有効です。				

11月の給食に使う稲美町の食材



天満小では、6年生が1学期に家庭科で1食分の献立を考える学習をしました。夏休みには、秋から冬の食材を使った料理を考えて献立をたてました。それらの料理の中から、給食に取り入れられそうなものを調理員さんに選んでもらいました。　2日、11日、12日、26日をお楽しみに!!

