

# 5月のきゅうしょくこんだてひょう

令和3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。

稲美町学校給食運営委員会

トマトスパゲティ 稲美ブランドのトマトをつくってみませんか? 《作り方》

《材料》(4人分)

スパゲティ	200g	ピーマン	1個
たまねぎ	250g	にんにく	少々
ベーコン	100g	オリーブ油	大さじ1
にんじん	80g	ケチャップ	大さじ4と1/2
マッシュルーム	5個	ウスターソース	大さじ1
トマト	1/2個	塩	小さじ1/2
		こしょう	適量

① にんじんとピーマンはせん切り、たまねぎとベーコンは短冊切り、トマトはざく切り、マッシュルームはうす切り、にんにくはみじん切りにしておく。  
 ② スパゲティをゆでる。  
 ③ フライパンを熱し、オリーブオイルをひいて、にんにく、ベーコン、たまねぎを炒める。にんじん、マッシュルーム、トマト、ピーマンも炒め合わせて、調味料を加える。  
 ④ ゆであがったスパゲティを③に入れて仕上げる。

月よう	火よう	水よう	木よう	金よう	
<p>10</p>  <p>わかめごはん</p> <p>わかめは、日本のほとんどの海でとれます。給食では兵庫県産を使っています。</p>	<p>11</p>  <p>もち麦ごはん</p> <p>もち麦は、加古小学校の見谷地区で栽培されています。ふちふちした食感です。</p>	<p>12</p>  <p>ミニアツパン</p> <p>コーンスローサラダのドレッシングは、給食室オリジナルの手づくりドレッシングです。</p>	<p>6</p>  <p>ごはん</p> <p>肉とじゃがいものきんぴらは、じゃがいもを油で揚げてから甘辛く味つけしています。</p>	<p>7</p>  <p>ごはん</p> <p>もすくは、1世の海藻にくっついて育つ海藻なので「もすく」というそうです。</p>	
<p>17</p>  <p>ごはん</p> <p>あかひじきは、山形県の特産品です。シャキシャキした歯ごわりの野菜です。</p>	<p>18</p>  <p>たかなチャーハン</p> <p>高菜チャーハンには、高菜漬けというお漬物を刻んだ具が入っています。</p>	<p>19</p>  <p>パン</p> <p>ひょうごの日大豆、たまねぎ、アスパラガス、キャバツは稲美町産です。</p>	<p>13</p>  <p>ごはん</p> <p>兵庫県の、のりの生産地として有名な、毎年、全国ベスト3に入っています。</p>	<p>14</p>  <p>たいめし</p> <p>鯛めしは、3枚におろして焼いた魚と昆布と一緒に炊きこんでいます。</p>	
<p>24</p>  <p>ごはん</p> <p>ごまは、栄養素が豊富ですが、ほとんどが外国からの輸入品です。</p>	<p>25</p>  <p>えんどうごはん</p> <p>えんどうごはんには、春が旬の「うすいえんどう」を使います。</p>	<p>26</p>  <p>ミニパン</p> <p>稲美ブランドのいなみのトマトを使ったスパゲティです。</p>	<p>20</p>  <p>ごはん</p> <p>切り干し大根は、冬にたくさんとれる大根を切って干した保存食です。</p>	<p>21</p>  <p>ごはん</p> <p>かつおは、回遊魚で、黒潮にのって日本の太平洋側を北上します。</p>	
<p>31</p>  <p>カレーライス</p> <p>給食の福神漬は、着色料を使っていないのでしょうゆの自然な色です。</p>	<p>今日の給食に使う稲美町産の食材</p> 			<p>食事の前には、石けんで手を洗おう!</p> 	<p>5月の給食費</p> <p>天満東小 5月18回 4626円 4月返金分 -1657円 5月集金額 3969円</p>