

# 5月24日(月)

こんだて  
＜献立＞

ちい ぎゅうにゅう だいず  
小さいパン・牛乳・チョコ大豆クリーム

あいのしまさん い こまつな  
藍島産わかめ入りかやくうどん・小松菜とコーンのソテー

きたきゅうしゅうしさん

## ★北九州市産のわかめ★



きたきゅうしゅうしこくらきたく あいのしま  
北九州市小倉北区の「藍島」で

つか  
とれたわかめを使っています！

にくあつ  
肉厚で、かみごたえがあるのが

とくちょう  
特徴です★

はる つ しょくひん  
春を告げる食品

## わかめ



わかめは、かんどうひん えんどうひん  
乾燥品や塩蔵品が

あるので、ねんじゅうた  
1年中食べることが

できますが、しゅん はる  
旬は「春」です。

そうしゅん なま おお でまわ  
早春から生のわかめが多く出回ります！

# 5月25日(火)

こんだて  
＜献立＞

はん ぎゅうにゅう き ぼ だいこん あつ あ に  
ご飯・牛乳・切り干し大根と厚揚げのうま煮  
じゃがいものみそ汁

き ぼ だいこん  
★切り干し大根たっぷり★



たっぷりの  
き ぼ だいこん  
切り干し大根を  
しょう  
使用しています★



ぶたにく あつ あ  
豚肉や厚揚げ、にんじん、  
いと いっしょ  
糸こんにゃくと一緒に、  
さんおんとう しょうゆ あまから  
三温糖や醤油で甘辛く  
につ  
煮詰めました！



# 5月26日(水)

こんだて  
＜献立＞

ぎゅうにゅう くろまめ  
パン・牛乳・黒豆きなこクリーム

アーモンドサラダ・ミネストローネ・バナナ

★ミネストローネ★



こんかい  
今回のミネストローネは、

じゃがいもやソーセージ、

だいず さいはい  
大豆などが入った

ぐ  
具だくさんのスープです！



ミネストローネは、イタリアの家庭料理で、日本のみそ汁と  
おな 同じように、どこの家庭でも食べられている野菜スープです。

ミネストローネとは、イタリア語で「具だくさん」  
「ごちゃ混ぜ」などを意味しています！

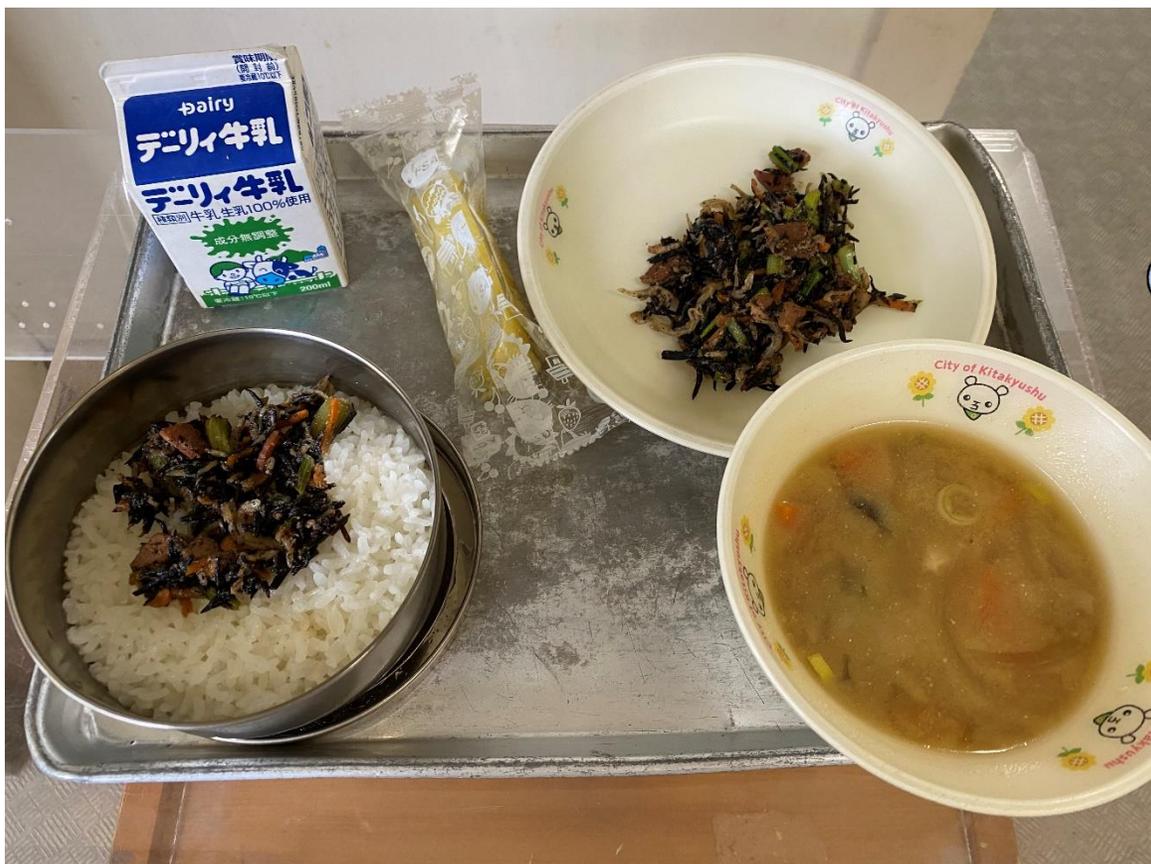


# 5月27日(木)

こんだて  
＜献立＞

ま はん ぎゅうにゅう じる れいとう  
ひじきの混ぜご飯・牛乳・うちこみ汁・冷凍パン

えいよう  
★栄養たっぷりひじきの混ぜご飯★



せいちょうき ひつよう  
成長期に必要なカルシウムや

てつ えいよう ほうふ こまつな  
鉄などの栄養が豊富な小松菜や

つか ま はん  
ひじきを使った混ぜご飯です★



かがわけん きょうど  
うちこみ汁は、香川県の郷土

りょうり やさい  
料理です！たくさんの野菜を

い くわ  
入れ、うどんを加えて、みそで

にこ  
煮込んでいます。



# 5月28日(金)

マーボー豆腐      とうじょう  
★「麻婆豆腐」が登場★



こんだて  
＜献立＞

ぎゅうにゅう   マーボー豆腐      つくだに  
ご飯・牛乳・麻婆豆腐・ナムル・あさりの佃煮



きゅうしょく   マーボー豆腐      えいようほうふ  
給食の麻婆豆腐は、栄養豊富な  
豆腐をたっぷり使っています！

ねんせい   あ      から      ひか  
1年生に合わせ、辛さは控えめです★

ナムルは、すりごまとごま油を  
使い、風味よく仕上げました♪



マーボー豆腐      ちゅうごく  
麻婆豆腐は、中国の  
四川料理の一つです！

