

令和5年5月1日（月）



献立

- ・牛乳
- ・ゆかりごはん
- ・五月汁
- ・じゃがいものごまみそ煮
- ・ミニたいやき

感想

- ・ゆかりごはんは、しその香りがよく彩りもきれいで食欲をそそる。白ごはんでないごはんを子どもたちも好んでいる。
- ・五月汁は、5月の旬の食材をふんだんに使った季節感あふれる汁である。鶏肉の出汁の味噌汁に、旬のタケノコや旬のそら豆、にんじん、豆腐、糸こんにゃく、ねぎの具たくさん旨みがあり、にんじんとそら豆の彩りもよい。
- ・じゃがいものごまみそ煮は、豚挽肉とごまとみその風味がじゃがいもによく絡んでいる。隠し味の豆板醤の辛みが味のアクセントになり、すりごまのこくがみそとよく合っていて、にんじんとインゲンの彩りもよく、ゆかりごはんとの相性もよい。
- ・ミニたいやきは、小さな鯛焼きがかわいらしく、子どもたちが喜ぶデザートである。

令和5年5月2日（火）



献立

- ・牛乳
- ・カレーうどん
- ・シーザーサラダ
- ・こどもの日デザート

感想

- ・カレーうどんは、和風だしにカレーの風味とにんじん、じゃがいも、タマネギの旨みが溶け込んでいる。しいたけや油揚げはうどんによく合う具材で和の食材であるが、和風だしベースのカレー味にもよく合っている。
- ・シーザーサラダは、カリフラワー、ブロッコリーの花の部分が小さくきれいにカットされていて食べやすく見た目もきれいに整っている。にんじんとキャベツの彩りがよく、具材は全てシーザーズドレッシングによく合っていて、小さなキューブ状のチーズがまぶされていて、味に深みが出ている。
- ・こどもの日デザートは三層になっていて、上から青リンゴ味の緑、ミルク味の白、ソーダ味の青で彩りもよく、爽やかな味である。味も彩りも新緑の5月に合うデザートである。

令和5年5月8日（月）



献立

- ・牛乳
- ・もみのりごはん
- ・なめこ汁
- ・揚げ出し豆腐
- ・筑前煮

感想

- ・もみのりごはんは、ごま油の風味と塩味のもみのりが、香りとはりっとした食感がよく、ごはんがすすむ。
- ・なめこ汁は、小さめのなめこのサイズがよく、いりこだしに、なめこの風味がよく合っている。わかめは、やわらかすぎず食感もよく、なめこ汁に合う具材である。いりこの出汁にねぎの香りがよく、にんじんの彩りもよい。
- ・揚げ出し豆腐は外側がカリッと揚がっていて、だし汁の旨みがよく絡んでいて、青ネギと大根おろしの薬味がアクセントになっていて味がしまっている。青ネギの彩りもよい。
- ・筑前煮は、旬の筍が入っていて季節感がある。レンコン、ごぼうなどの根菜に鶏の旨みと和風出汁と味がよく染みている。インゲンとにんじんの彩りがよく、こんにゃくの食感もよい。

令和5年5月9日（火）



献立

- ・牛乳
- ・しょうゆラーメン
- ・北海サラダ
- ・フルーツあえ

感想

- ・しょうゆラーメンは、豚肉、もやし、しなちくなど具だくさんの旨みがスープに出ている。しなちくの食感や、なるとやにんじんの彩りもよく、ねぎの風味もおいしさを引き出している。薄味でスープまで全ていただくことができる一杯である。
- ・北海サラダは、マヨネーズ味のポテトサラダの中のキューブ状のじゃがいもの存在感があり、わかめもよく合っている。ブロッコリーは固めにゆでられていて、歯ごたえがあり、じゃがいものほくほく感と対照的で食感を楽しむことができ、にんじんの彩りもよい。
- ・フルーツあえは、ミカンと黄桃とパインの缶詰の和え物であるが、黄桃とパインは、小さくカットされていて低学年の子どもでも食べやすい。運動会の練習で汗ばんだ疲れを癒やすデザートである。

令和5年5月10日（水）



献立

- ・牛乳
- ・ごはん
- ・中国風スープ
- ・中華春巻き
- ・春雨のソテー

感想

- ・中国風スープは、具たくさんで食べ応えがある。豚肉の旨みとわかめやもやしの風味が中国風の鶏がらスープによく合っていて、かきたまのたまごの旨みも加わり、旨みを増している。たまごとにんじんの彩りもよい。
- ・中華春巻きは、皮がぱりっとこんがりと揚げられていて、香ばしくて食感がよい。中の豚挽肉のあんは中華風の旨みがたっぷり詰まっていて、皮の香ばしさと一緒にいただくことで、旨みと食感を同時に楽しめる一品である。
- ・春雨のソテーは、にんじんやキャベツが春雨のように細く切られていて、彩りがよく、見た目もきれいでである。中華の旨みが春雨にしみていて、ご飯によく合う。細切りのにんじんやキャベツのシャキッとした食感や炒められた春雨の食感も楽しい。

令和5年5月11日（木）



献立

- ・牛乳
- ・バターロール
- ・ポークシチュー
- ・ウインナードームオムレツ
- ・パリパリ麺サラダ

感想

- ・バターロールは、中はふっくらとやわらかく、外側もしっとりしている。
- ・ポークシチューは、豚肉、タマネギ、にんじん、じゃがいもの旨みが溶け込んでいて、赤ワインが隠し味に使われているデミグラスソースのこくの深い味である。グリーンピースとにんじんの彩りもよい。
- ・ウインナードームオムレツは、オムレツにウインナーの風味がよく合っている。オムレツの中のみじん切りのにんじんの彩りがよく、やわらかいドーム状のオムレツに、ウインナーがトンネルのように入っていて、見た目がかわいい。
- ・パリパリ麺サラダは、キャベツ、ブロッコリー、にんじんの彩りがよく、酸味の効いたさっぱりとした味付けで、胡麻の風味もよい。固めにゆでられたブロッコリーやキャベツの食感がよく、パリパリの麺の食感がアクセントになっている。

令和5年5月12日（金）



献立

- ・牛乳
- ・ごはん
- ・鶏おかべと水菜汁
- ・ブリ照り焼き
- ・平らこんにやくいため

感想

- ・鶏おかべと水菜汁の鶏おかべは、豆腐をすり、鶏挽肉を入れて更にする手のこんだ団子で、ショウガ風味の味噌汁によく合う。たっぷりの野菜の中の鶏おかべは、存在感があり、汁の主役である。ねぎの香りと水菜の食感やにんじんの彩りもよい。
- ・ブリ照り焼きは、骨がなく食べやすく、タレがよく絡んでいて、照りがあり見た目もよい。甘辛い味付けは、白米によく合い、ご飯が進む。
- ・平らこんにやくいためための平らのこんにやくは、スーパーなどで見かけることのない珍しい食材である。薄い5mm幅くらいのこんにやくなので、豚挽肉がよく絡んで味がしみている。にんじんとインゲンの彩りもよく、野菜のシャキシャキした食感とこんにやく特有の食感の違いも楽しめる。

令和5年5月16日（火）



献立

- ・牛乳
- ・スパゲティナーポリタン
- ・ワカメスープ
- ・パッチョサラダ
- ・ミニゼリー

感想

- ・スパゲティナーポリタンの太めの麺は食べ応えがあり、豚肉などの具材にトマトソースが合っていてよく絡んでいる。ニンニクや赤ワインを使っているナポリタンはタマネギ、にんじん、ピーマンの野菜やマッシュルームの風味が活かされていて、粉チーズの風味も加わり、こくのある味わいである。
- ・ワカメスープは、ベーコンの風味にしいたけと胡麻の風味がよく、ワカメの食感やねぎの香もよく、にんじんの彩りがよい。
- ・パッチョサラダは、レモンの酸味とオリーブオイルの風味に、トマトとチーズがよく合っている。キャベツやキュウリの食感やコーンとにんじんの彩りもよい。
- ・ミニゼリーは、子どもの好むスパゲティ中心の洋食メニューに、甘さと楽しさを加えるデザートである。

令和5年5月17日（水）



献立

- ・牛乳
- ・アスパラカレー
- ・福神漬け
- ・フレンチサラダ
- ・オレンジ

感想

- ・アスパラカレーは、ニンニク、ショウガや赤ワインなどの隠し味がきいていて、深みがある。辛くはないがスパイスの香りが立ち、いつもの桂城カレーは、食欲をそそる。具材には、旬の地元食材であるアスパラが入っていてカレーにもよく合っている。じゃがいも、にんじんは、小さめのキューブ状であり、アスパラも大きさが揃えられていて、1年生でも食べやすい。
- ・フレンチサラダは、ドレッシングが薄味で、キャベツ本来の甘みを味わえる。コーンやにんじん、きゅうりの彩りがよく、カレーによく合うサラダである。
- ・福神漬けは、無着色のもので、カレーによく合う
- ・オレンジは、甘みや酸味が濃厚で、きれいなオレンジ色は、メニュー全体に彩りを添えている。

令和5年5月18日（木）



献立

- ・牛乳
- ・ジャムパン
- ・コーンスープ
- ・ポテトフライ
- ・ごまブロッコリー

感想

- ・ジャムパンは、イチゴジャムがたっぷり入っていて、食べたときにその甘さや香りが口の中に広がる。朝焼いたパンはふっくらしていてやわらかい。
- ・コーンスープは、ベーコンの旨みとコーンの甘みがスープに溶け込んでいて、食べた瞬間に、コーンの風味が広がる。しいたけの旨みやワカメの食感もよく、にんじんとコーンの彩りもよい。パンによく合うスープである。
- ・ポテトフライは皮付きの大きめのサイズで、食べ応えがある。ほくほくに揚げられていて、ほどよい塩気がよい。
- ・ごまブロッコリーは、固めにゆでられたブロッコリーの食感がよく、ごま油とごまの風味がよく合っていて、子どもたちにも人気の一品である。にんじんの彩りもよく、野菜嫌いの子どもの好きになる味である。

令和5年5月19日（金）



献立

- ・牛乳
- ・たけのこごはん
- ・大館汁
- ・秋田どっさり枝豆入り肉だんご
- ・いぶりがっこマヨ和え

感想（食育の日メニュー）

- ・たけのこごはんは、醤油味で煮付けられた根曲がりダケが、ごはんに入れて、そのしょっぱさがよく合う。たけのこの食感やごまの風味もよく、季節感のあるごはんである。
- ・大館汁は、鶏の出汁に、マイタケ、しいたけ、しめじ、大根、にんじん、里芋、白菜、セリ、ねぎ、地元の食材が数多く入っていて、その旨みを存分に味わうことができる。
- ・秋田どっさり枝豆入り肉だんごは、ふっくらとした肉団子に、枝豆の旨みや食感がよい。ケチャップ味もよく合っていて、子どもが喜ぶ味である。
- ・いぶりがっこマヨ和えは、細切りのキャベツとにんじんの彩りがよく、マヨネーズ味のサラダにチーズといぶりがっこの香ばしい風味がよく合う。細かく刻まれたいぶりがっこの食感もよい。

令和5年5月22日（月）



献立

- ・牛乳 。ごはん
- ・たぬき汁
- ・さばの味噌煮
- ・ふきの煮物
- ・いちご

感想

- ・たぬき汁は、たぬきの肉の代わりに精進料理としてこんにゃくを使っている。ごま油で炒めたこんにゃくの食感や、ごま油の風味が味噌汁にもよく合っている。しいたけの風味やにんじんと青ネギの彩りもよい。きつねは、油揚げで、たぬきが、こんにゃくというもの面白い。
- ・さばの味噌煮は、甘い味噌味はさばの旨みを生かす定番の味付けで、ご飯にもよく合う。骨がなく食べやすい。
- ・ふきの煮物は、鶏肉やしいたけの旨みにふきの風味がよく、この時期の旬の食材であるふきの香りを楽しむことができる。ふきをメイン食材にして、大根やにんじんにも味が染みている。
- ・いちごは、小さめだが、真っ赤に熟れていて、食べ頃で甘みがある。メニュー全体に、赤の彩りを添えていて、子どもたちにとって、うれしいデザートである。

令和5年5月23日（火）



献立

- ・牛乳
- ・にゅうめん
- ・チキンサラダ
- ・おからドーナツ

感想

- ・にゅうめんは、温かいそうめん料理である。鰹だしの薄味で、豚肉、しいたけ、おくらなどの素材の旨みが引き出されている。にんじん、赤かまぼこ、錦糸たまご、おくらの彩りもよく、ねぎの香りもよい。オクラ特有のねばりが汁に出ている、具たくさんで、それぞれの具材の旨みや食感が楽しめる一杯である。
- ・チキンサラダは、繊維に沿ってほぐされたチキンが、水気をしっかり切ったもやしなどの具材によく絡んで、鶏ガラスープの旨みがある甘酸っぱい味付けもよくさっぱりといただくことができる。ブロッコリーとにんじんの彩りもよく、見た目もきれいである。
- ・おからドーナツは、形のよいリング状で、きつね色にふっくらと揚がっている。噛むと弾力があり、もちもち感と優しい甘さがよい。

令和5年5月24日（水）



献立

- ・牛乳
- ・ごはん
- ・小松菜の味噌汁
- ・ワカメのから揚げ
- ・鶏肉アスパラ炒め

感想

- ・小松菜の味噌汁は、いりこだしに小松菜の風味と豆腐がよく合っている。自校給食なので、ねぎの風味や食感もよい。にんじんの彩りもよい。
- ・ワカメのから揚げは、外側の衣がカリッと揚がっていて、焦がし醤油のような香ばしさと、こくのあるしょっぱさがワカメによく合っていて、ご飯がすすむ一品である。
- ・鶏肉アスパラ炒めは、地元の旬のアスパラがななめ細切りでふんだんに使われている。鶏肉の旨みにアスパラがよく合っていて、とろみがついていて、具材によく絡んでいる。ニンニクとショウガの風味があり、味に深みを出している。アスパラのうまさを引き立てている。タマネギの甘さや、シャキシャキのたけのこの食感もよく、アスパラとにんじんの彩りもよい。

令和5年5月25日（木）



献立

- ・牛乳
- ・スイートコーンパン
- ・クラムチャウダー
- ・ポークビーンズ
- ・ベビーパイン

感想

- ・スイートコーンパンは、コーンの旨みがパンによく合っていて、つぶつぶの食感もよい
- ・クラムチャウダーは、アサリの旨みがしっかり入っている。みじん切りのタマネギの甘さやじゃがいもの旨みがアサリのクリームスープによく合う。にんじんやじゃがいもは小さめのキューブ状にカットされていて、食べやすく彩りも見た目もよい。
- ・ポークビーンズは、フレッシュなトマトの酸味がほどよく、豚肉やタマネギと4種類の豆によく合っている。レッドキドニー、ひよこ豆、大豆、枝豆の赤や緑の彩りも食感もよく、噛むと豆本来の旨みがトマトソースの中で広がる。ニンニクとショウガの風味が食欲をそそる。
- ・ベビーパインは、メニュー全体に黄色の彩りを添えパン食に合うデザートである。

令和5年5月26日（金）



献立

- ・牛乳
- ・ごはん
- ・ひじきの味噌汁
- ・味噌だれチキン
- ・五目きんぴら

感想

- ・ひじきの味噌汁は、いりこだしにひじきの風味がよく合っていて、一口食べるとひじきの風味が口いっぱい広がる。油揚げとねぎの風味もよく、ひじきの味を引き立てている。ひじきが浮かんでいる黒い汁は見た目が面白く、かき混ぜて見えるにんじんの彩りがはえる。
- ・味噌だれチキンのチキンは天ぷらで、とてもやわらかく食べやすい。外側の衣は厚みがあり、甘じょっぱい味噌だれが、よく絡んでいて、ご飯によく合う味付けである。
- ・五目きんぴらは、レンコン、ごぼう、タケノコのシャキシャキの食感がよく、細かい糸こんにゃくが食感に変化を与えている。和風の味付けが根菜類にしみている。細切りのピーマンとにんじん、黒ごまの彩りがよく、ごまの風味が和風の味を引き立てている。

令和5年5月29日（月）



献立

- ・牛乳
- ・マーボー汁
- ・カニたま
- ・韓国ナムル

感想

- ・マーボー汁は、ニンニクやショウガの風味が効いていて、辛くないマーボーの素を使って、子どもの好むマーボー味になっている。豚挽肉、白菜、ピーマン、にんじん、しいたけ、具だくさんの旨みで、おかずになる汁物である。汁のとろみがほどよく、にんじんやピーマンの彩りや食感もよい。
- ・カニたまは、中にカニかまが入っていてカニの旨みを感じられる。ふっくらと焼き上がったたまごの外側に、旨みのあるあんがかかっている。たまごの中のカニかまや青ネギの彩りもよい。
- ・韓国ナムルは、ニンニクとショウガが効いていて、ナムルドレッシングを使った酸味のある味付けが、ワカメやほうれん草によく合っている。もやしの食感がよく、やほうれん草とにんじんの彩りもよい。

令和5年5月30日（火）



献立

- ・牛乳
- ・ジャージャー麺
- ・コンソメスープ
- ・白菜のパセリドレッシング
- ・ミニゼリー

感想

- ・ジャージャー麺は、中華風の旨みに豚挽肉やしいたけ、タマネギの旨みがよく合い、甜麺醬などの味噌の風味が具材の旨みとともに麺によく絡んでいる。にんじんとニラの彩りもよい。
- ・コンソメスープは、コンソメの風味に、ベーコンとマッシュルームの味がよく合う。タマネギのみじん切りの旨みやにんじんの彩りもよい。
- ・白菜のパセリドレッシングは、シャキシャキした白菜にツナの旨みとコーンの甘みがよく合い、酸味の効いたパセリドレッシングでまとまっている。コーンやにんじん、パセリの彩りもよく、コショウがアクセントになっている。
- ・ミニゼリーは、冷たいパイン味の小さなゼリーは、こったりとした味噌味の麺の食後に、さっぱりと食べられ、うれしいデザートである。

令和5年5月31日（水）



献立

- ・牛乳
- ・ごはん
- ・大根の味噌汁
- ・豚肉のおくら炒め
- ・ワカメの酢の物
- ・バナナ

感想

- ・大根の味噌汁は、いりこの出汁と油揚げの風味に、大根と大根の葉がよく合っている。大根の葉の緑と大根の白に、にんじんの彩りもよい。
- ・豚肉のおくら炒めは、ごま油とごまの風味がよく、酢を使った味付けは、豚肉やオクラによく合っていて、さっぱりと食べられる。もやしの食感や味が、オクラを引き立てている。にんじんの彩りがよく、オクラのねばりが全体に絡んで、オクラ炒めの特色が出ている。
- ・ワカメの酢の物は、硬めのワカメの歯ごたえがよく、キュウリのシャキシャキの食感もよい。ワカメの深緑とキュウリの皮の鮮やかさや切り口の黄緑とにんじんの彩りもきれいである。
- ・バナナの黄色は、メニュー全体に彩りを添えていて、バナナの甘さは、和食にも合うデザートである。