

令和5年6月1日（木）



献立

- ・牛乳
- ・パン
- ・クリームシチュー
- ・ハッシュポテト
- ・ごまブロッコリー

感想

- ・パンは、小さく刻まれたパンが入っていて、ほのかにパンの香りと甘さがある。様々な種類のパンがあり、飽きない楽しさがある。
- ・クリームシチューは、バターや生クリームが入っていて、クリーミーで濃厚である。白ワインが隠し味に使われて、味に深みがある。豚肉とタマネギやじゃがいも、にんじんの旨みがよく出ていて、いもやにんじんは小さいキューブ状にカットされていて、食べやすく見た目もきれいだ。
- ・ハッシュポテトは、外がわ、かりっと、ざくざく感があり、じゃがいも本来の旨みを感じる。
- ・ごまブロッコリーは、ブロッコリーとごま油とごまの風味がよく合う。固めにゆでられたブロッコリーは食感がよく、ほどよい塩気とにんじんの彩りもよい。

令和5年6月2日（金）



献立

- ・牛乳
- ・ごはん
- ・にらたま汁
- ・ほうれん草バーグ
- ・若竹煮

感想

- ・にらたま汁はニラと卵の組み合わせが、いりこかつおの和風だしの味噌汁によく合っている。にんじんやしいたけ、ネギなどの具材もたくさん入っていて食べ応えがある。ネギの食感もよく、ニラの香りとともに食欲をそそる。ニラと卵とにんじんの彩りも鮮やかである。
- ・ほうれん草バーグは、ほうれん草が練り込まれたハンバーグで、簡単に箸で切れるほど柔らかくふっくらと仕上がっている。甘辛いタレは白米によく合いご飯がすすむ。
- ・若竹煮はかつおの風味と和風だしが旬のタケノコや鶏肉、しいたけ、わかめなどによく絡んでいて風味がよい。にんじんやきぬさやえんどうの彩りも素晴らしい。タケノコのシャキシャキ感と角コンニャクのやわらかい食感の違いも食べていて楽しい。

令和5年6月5日（月）



献立

- ・牛乳
- ・ごはん
- ・たまねぎの味噌汁
- ・ホイコーロー
- ・もやしのツナ和え
- ・歯と口の健康週間レモンゼリー

感想

- ・たまねぎの味噌汁は、いりこだしにたまねぎの甘みとほうれん草やワカメの風味がよく合う。ねぎの香りがよく、味噌汁の味を引き立てている。ほうれん草やワカメに、にんじんの彩りもよい。
- ・ホイコーローは、甜麺醤と豆板醤の中華味噌とニンニクとしょうがの風味が生かされていて、豚肉やキャベツがよく合い、ご飯がすすむ味付けである。ピーマンやにんじんの彩りもよく、しっかりと中華料理を味わうことのできる一品である。
- ・もやしのツナ和えは、もやしの食感がよくキュウリやじんじんの彩りがよい。酸味のある味付けは、ツナにもよく合っていて、さっぱりといただける。
- ・歯と口の健康週間レモンゼリーは、ナタデココが入っていてよく噛んで食べるゼリーである。子どもの歯は何本ですか？のクイズも楽しい。答えは20本。

令和5年6月6日（火）



献立

- ・牛乳
- ・塩ラーメン
- ・やみついきゅうり
- ・バナナ

感想

- ・塩ラーメンは、豚肉の旨みとキャベツやコーンの甘みがスープに溶け込んでいて、味に深みがあるが、ニンニクとしょうがが隠し味になっていて、すっきりとした味である。大きめのしなちくは、食感がよく、存在感があり、ラーメンによく合う具材である。透き通った塩スープに、コーンとにんじん、赤かまぼこの彩りもよく、たくさん具材を麺と一緒に食す食べ応えのある一杯である。
- ・やみついきゅうりは、乱切りにされたきゅうりのパリパリの食感とフレッシュな味わいに、ごまごま油の風味がよく合い、やみつきになる味である。きゅうりの皮の濃い緑と赤いミニトマトとにんじんの彩りもよい。
- ・バナナは、バナナのやさしい甘さが、塩ラーメンの食後によく合うデザートである。

令和5年6月7日（木）



献立

- ・牛乳
- ・チキンカレー
- ・福神漬け
- ・アスパラサラダ
- ・オレンジ

感想

- ・チキンカレーは、チキンの旨みに、ニンニク、しょうが、赤ワインなどの隠し味がきいていて、深みのある味わいである。子どもでも食べられる丁度よい辛さで、スパイスの香りがよい。じゃがいも、にんじんは、小さめのキューブ状であり、1年生でも食べやすい。福神漬けは、無着色のもので、カレーによく合う。
- ・アスパラサラダは、大館産の旬のアスパラがたくさん入っていて、その旨みが主役である。マヨネーズの薄味ドレッシングで、アスパラとキャベツ本来の旨みを味わうことができる。ツナの風味もよく合っていて、アスパラの緑とにんじんの彩りもよく、見た目もきれいなサラダである。
- ・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6月8日（木）



献立

- ・牛乳
- ・チョコレートパン
- ・ミネストローネ
- ・かみかみサラダ

感想

- ・チョコレートパンは、ふっくらやわらかなパンに、チョコレートクリームがたっぷり入っている。子どもはうれしいパンである。
- ・ミネストローネは、コンソメ味に、フレッシュなトマトの風味やセロリーやパセリの香味野菜の風味がよい。ニンニクや赤ワインが使われていて味に深みがある。じゃがいも、にんじん、タマネギの野菜がよく煮こまれていて、旨みがスープに出ている。たっぷりの野菜が煮こまれていて、食べ応えのあるスープである。
- ・かみかみサラダは、さきいかの旨みが、酸味のある味付けによく合っている。きゅうりや大根のぱりとした食感がよく、にんじんの彩りもよい。さきいかはかみごたえがあり、よくかんで食べる必要があるので、かみかみサラダ、ネーミングもおもしろい。

令和5年6月9日（金）



献立

- ・牛乳
- ・もみのりごはん
- ・モロヘイヤの味噌汁
- ・ミズと豚肉の煮付け
- ・なめたけ和え

感想

- ・もみのりごはんは、ごま油の風味がよく、塩がまぶされているもみのりは、ごはんによく合い、食欲をそそる。
- ・モロヘイヤの味噌汁は、いりこだしに油揚げの風味とモロヘイヤがよく合っている。ねぎの香りや食感もよく味を引き立てている、モロヘイヤ特有のとろみのある味噌汁で、にんじんの彩りもよい。
- ・ミズと豚肉の煮付けは、旬の食材であるふきの風味が豚肉の旨みとよく合っている。ミズの食感と糸こんにゃくの食感もよく、にんじんの彩りもよい。地元の旬の山菜を利用した煮物であり、家庭的な料理を給食で味わうことができる。
- ・なめたけ和えは、もやし、コーン、にんじんの具材に、なめたけの味がよくなじんでいて、さっぱりといただける。もやしの食感やコーンの甘み、にんじんの彩りがよい。

令和5年6月12日（月）



献立

- ・牛乳
- ・ごはん
- ・ふきの味噌汁
- ・いわしの生姜煮
- ・すき昆布の煮物
- ・元気ヨーグルト

感想

- ・ふきの味噌汁は、小さめさいの目切りの豆腐と細い斜め切りのふきが食べやすい。旬のふきの風味や食感がよく豆腐やねぎの具材がよく合っていて、にんじんの彩りもよい。
- ・いわしの生姜煮は、ショウガの風味がいわしのおいさを消して、さっぱりといただける。骨までやわらかく煮付けられていて、甘辛い味付けは、ごはんによく合う。
- ・すき昆布の煮物は、豚挽肉、さつま揚げ、しいたけなどの旨みが昆布に染みている。昆布はシャキッとしていて食感がよく、糸こんにゃくとの食感の違いも楽しむことができ、にんじんの彩りもよい。
- ・元気ヨーグルトは、鉄分・カルシウムが入っているから、元気というネーミングである。爽やかな酸味と甘さは子どもの喜ぶデザートである。

令和5年6月13日（火）



献立

- ・牛乳
- ・五目あんかけやきそば
- ・キャベツのサラダ
- ・ミニゼリー

感想

- ・五目あんかけやきそばは、ニンニクとしょうがの風味がある中華味のあんは香りがよく食欲をそそる。豚肉、いか、エビの旨みがよく出ていて、白菜、にんじん、ねぎ、しいたけの風味も加わり、ウズラのたまごも入っている本格的な中華の一品である。太めの麺は歯ごたえがよく、食べ応えがあり、にんじんとねぎ、ウズラのたまごの彩りもよい。
- ・キャベツのサラダ、レモン風味で爽やかな味である。固めにゆでられたブロッコリーの食感や彩りがよく、キャベツとの相性もよい。薄味なのでキャベツやブロッコリー本来の旨みを味わうことができ、コシヨーの風味もよい。にんじんとブロッコリーの彩りもよい。
- ・ミニゼリーは、冷たくて甘く子どもたちが喜ぶデザートである。イチゴ風味の赤色が、メニュー全体に彩りを添えている。

令和5年6月14日（水）



献立

- ・牛乳
- ・ごはん
- ・ほうれん草とツナの味噌汁
- ・くわいとひじきの肉団子
- ・豆腐とワカメの中華和え

感想

- ・ほうれん草とツナの味噌汁は、いりこだしの味噌汁にツナの風味がよく合い、ほうれん草との相性もよい。ねぎの香りや食感もよく、ほうれん草とにんじんの彩りもよい。
- ・くわいとひじきの肉団子は、甘辛いたれが絡んだやわらかい肉団子で、ごはんによく合う味である。肉団子に練り込まれたくわいが、数多く入っていて存在感があり、シャキシャキの食感を楽しむことができる。ひじきとくわいの風味がよく、この組み合わせは珍しいと思う。
- ・豆腐とワカメの中華和えは、ねぎしょうがジャンが隠し味の穀物酢で、すりごまと豆腐が和えられている。すりごま風味は豆腐によく合っていて、豆腐の風味が引き立てられ、ごまと豆腐の風味は、ワカメにもよく合っている。もやしの食感や、ワカメとにんじんの彩りもよい。

令和5年6月15日（木）



献立

- ・牛乳
- ・ナン
- ・キーマカレー
- ・コールスロー
- ・プチトマト

感想

- ・ナンは、香りよく風味もよく、やわらかい。乳化剤、ショートニング無添加である。自然解凍でいただいた。
- ・キーマカレーは、豚挽肉、にんじん、タマネギ、じゃがいもの旨みに、ニンニク、ショウガの風味や、チャツネとケチャップ、赤ワインが入り、深みのある味わいである。にんじんとタマネギはみじん切りで、じゃがいもは小さなキューブ状で、食べやすい。スパイスの香りとおくのある甘みがナンによく合う。
- ・コールスローは、薄味のドレッシングでキャベツ本来の甘さが感じられる。たっぷり入ったコーンの甘さとにんじんのいろどりもよい。カレーにぴったりのサラダである。
- ・プチトマトは、大きめの完熟で濃厚な味である。メニュー全体に赤の彩りを添えていて、かわいらしい。

令和5年6月16日（金）



献立

- ・牛乳
- ・ごはん
- ・コンソメスープ
- ・ハムカツ
- ・野菜炒め

感想

- ・コンソメスープは、コンソメ味にベーコンとみじん切りのタマネギの風味がよくパセリの香りのよいスープである。マッシュルームの味はコンソメスープによく合い欠かせない食材であり、いつも入っている。にんじんやパセリの彩りとマッシュルームの食感も楽しい。
- ・ハムカツは、ハムの厚さが1センチメートルあり、食べごたえある。外側は衣が薄く、カリッと揚がっているの歯ごたえがよく、少量のソースがかけられていて、カツの味を引き立てている。
- ・野菜炒めは、ニンニクとしょうがの風味がよく、やさしい味付けで、キャベツともやし本来の旨みを感じられるある。豚肉の旨みもよく合っていて、白コシヨ一のスパイス感もほどよく、ごはんによく合う味である。もやしの食感やにんじんの彩りがよい。

令和5年6月19日（月）



献立

- ・牛乳
- ・枝豆ごはん
- ・せんべい汁
- ・ミズの和え物
- ・シークワサーゼリー

感想（食育の日）

- ・枝豆ごはんは、枝豆の塩気と風味が、白いごはんによく合う。枝豆の彩りもきれいなごはんである。
- ・せんべい汁は、鶏の出汁にせんべいの風味がよく合う。ふき、ごぼう、にんじん、白菜、ねぎ、糸こんにゃくのたくさんの具が入っていて、その旨みが出ている。にんじんやねぎの彩りもよく、食べ応えのある一杯である。
- ・ミズの和え物は、塩昆布とハムの旨みと酢とショウガの風味でさっぱりと板で蹴る。地元の旬の食材でありミズをつかった夏らしい料理である。ミズやもやしの食感がよく、ミズとにんじんの彩りもよい。
- ・シークワサーゼリーは、シークワサーの風味がよく出ていて、黄緑色の色も美しい。今、5年生は沖縄の学習をして、タイムリーなデザートである。

令和5年6月20日（火）



献立

- ・牛乳
- ・山菜入り肉うどん
- ・フルーチェ

感想

- ・山菜入り肉うどんは、和風だしとほししいたけの旨みに牛肉とタマネギのうま味がよく合っていて、深い味わいのスープである。タケノコ、わらび、うどんなどの山菜や、なめことえのきもよく合っている。ほのかにショウガの風味もあり、牛肉の旨みを引き立てている。ウド独特の風味は牛肉によく合っていて、味のアクセントになっている。ねぎの風味やにんじんの彩りもよい。具たくさんで食べ応えのある一杯である。
- ・フルーチェは、イチゴの果肉が入っていて、ピンク色である。輪切りのバナナと缶詰の黄桃、パイン、ミカンがピンク色のフルーチェに入り色鮮やかにきれいで、メニューに彩りを添えている。全体がイチゴ風味のフルーチェ味でまとまっているが、具材それぞれの味も楽しめるデザートである。

令和5年6月21日（水）



献立

- ・牛乳
- ・キャベツの味噌汁
- ・アジフライ
- ・うずらのたまごとワカメのソテー

感想

- ・キャベツの味噌汁は、かつおだしに、たっぷりのキャベツの甘さがよく出ていて、油揚げの風味もよく合い、にんじんの彩りがよい。
- ・アジフライは、小ぶりで食べやすく、外側はカリッとしていて食感がよい。中はふっくらとあじの旨みがしっかりと感じられる。少量のソースがかけられ、あじフライによく合い、ごはんのおかずぴったりである。
- ・うずらのたまごとワカメのソテーは、のりが入っていて、のりの香りがよく、主役のワカメを引き立てている。のりとワカメの磯の香りは、しなちくやもやしとよく合っている。ウズラのたまごは存在感があり、ウズラはのりとワカメの風味とよく合う。さやいんげんとにんじんの彩りがよく、もやしや少量入っている平こんにゃくの食感もよい。

令和5年6月22日（木）



献立

- ・牛乳
- ・ホットドック
- ・ミニケチャップ
- ・野菜スープ
- ・カリフラワーのみそマヨ

感想

- ・ホットドックは、自分で、背割れコッペパンにソーセージをはさみ、ケチャップとマスタードをかける楽しさがある。
- ・ミニケチャップは、片手で簡単に押し出すことができ、マスタードと別々に絞り出され、ホットドックの味も彩りもよくなる。
- ・野菜スープは、薄味で粒マスタードの風味がよく、野菜の旨みが詰まったスープである。じゃがいも、にんじんは小さめのキューブ状にカットされていて、キャベツ、たまねぎ、いんげんの野菜も同じくらいの大きさに切りそろえられていて食べやすく、にんじんやインゲンの彩りもよい。野菜だけでなく、豚肉も入っていて、味に深みがある。
- ・カリフラワーのみそマヨは、みその風味がマヨネーズによく合う。カリフラワーとブロッコリーとにんじんの彩りがよい。



令和5年6月23日（金）



献立

- ・牛乳
- ・マーボー豆腐丼
- ・八宝スープ
- ・もやしのごま和え

感想

- ・マーボー豆腐丼は、ニンニクとしょうがの風味がよく、みそ味に、鶏挽肉、干しいたけの旨みで深みがある。甘みのある味噌味に、豆腐の旨みもしっかりと感じられ、辛くなく、子どもの好む味になっている。にんじんの彩りもよく、ごはんによく合う味付けのどんぶりである。
- ・八宝スープは、ニンニクとしょうがの香りがよく、豚肉、キャベツ、タケノコ、キクラゲ、ワカメ、小松菜、にんじん、ワンタン、八つの食材が使われているから八宝汁という中華スープで、マーボー丼にもよく合う。キクラゲやにんじんの彩りがよく、ワンタンの食感も楽しめる一品である。
- ・もやしのごま和えは、甘みのあるすりごまの風味がもやしとほうれん草によく合っている。もやしの食感やにんじんの彩りもよい。

令和5年6月26日（月）



献立

- ・牛乳
- ・ごはん
- ・かみなり汁
- ・骨付き鶏肉の甘煮
- ・にんじんしりしり
- ・元気ヨーグルト

感想

- ・かみなり汁は、小さなちぎりこんにやくと賽の目の豆腐をごま油で炒めて具にする。その音が激しく雷のようなので、その名がついた。味噌汁にごま油の風味がよく、豆腐と大根の旨みも生かされている。ちぎりこんにやくの食感やにんじんと青ネギの彩りもよい。
- ・骨付き鶏肉の甘煮は、薄味で甘みも控えめで鶏肉の旨みを味わうことができる。やわらかく煮こまれていて、骨離れがよく食べやすい。
- ・にんじんしりしりは、沖縄料理で、しりしりは沖縄の方言で干切である。にんじんがたっぷり使われていて、にんじん本来の風味と甘みが生かされている。もやしの食感やごまの風味とピーマンの彩りがよい。
- ・元気ヨーグルトは、カルシウムと鉄分が入っていて、なめらか食感である。

令和5年6月27日（火）



献立

- ・牛乳
- ・冷やしスパゲティー
- ・マッシュポテト
- ・アメリカンチェリー

感想

- ・冷やしスパゲティーは、ツナとマヨネーズの組み合わせがよく合っていて、隠し味のニンニクとタマネギの風味もツナとよく合っている。白コショウのスパイス感がほどよく、ツナの風味を引き立てていて、冷たいスパゲティーによく合う味付けである。コーンの旨みや食感もよく、コーンとピーマンの彩りもよい。さっぱりといただける夏にふさわしいスパゲティーである。
- ・マッシュポテトは、じゃがいもの風味がよく、なめらかに仕上がっている。枝豆の旨みがポテトによく合う。きれいな白のマッシュポテトの中のにんじんや枝豆の食感や彩りもよく、見た目もきれいな一品である。
- ・アメリカンチェリーは、二粒であるが、旬の果物であり、季節感があり、子どもたちにとって、うれしいデザートである。

令和5年6月27日（水）



献立

- ・牛乳
- ・ごはん
- ・韓国風スープ
- ・ヤムニョムチキン
- ・ナムル

感想

- ・韓国風スープは、ごま油の風味が、豚肉やワカメによく合っていて、香りのよいスープである。もやしやキクラゲの食感がよく、豚肉やワカメとの相性もよく、具たくさん食べ応えのあるスープである。にんじんの彩りがよい。
- ・ヤムニョムチキンは、豆板醤のほどよい辛みとケチャップを使った甘めの味付けのたれがよく絡んでいて、子ども向けで、ごはんによく合う。中はやわらかく食べやすく、唐辛子の赤色が鮮やかで、照りもよく、メニュー全体に彩りを添えていて、食欲をそそる。
- ・ナムルは、ニンニクとごま油と白ごまの風味がよく、ゼンマイが入り本格的である。ゼンマイは太めで存在感があり、風味や食感を楽しむことができる。ほうれん草とにんじんの彩りもよく、もよしの食感もよい。

令和5年6月28日(木)



献立

- ・牛乳
- ・食パン
- ・リンゴジャム&マーガリン
- ・ポークシチュー
- ・チャプチェ

感想

- ・朝焼いた食パンはやわらかくふっくらしている。リンゴジャム&マーガリンは、つまむと両方が一緒に押し出され、リンゴジャムの風味と甘さに、マーガリンの風味が合わさり、食パンによく合う。
- ・ポークシチューは、ドミグラスソースのこくがあり、バターやニンニクや赤ワインが使われていて濃厚で深みのある味わいである。豚肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじんの旨みが溶け込んでいて、パンによく合う。じゃがいも、にんじんは、小さめのキューブにカットされていて食べやすい。グリーンピースの風味と彩りがよい。
- ・チャプチェは、日本の物より太い韓国春雨が豚肉などと油で炒められている。豚肉の旨みと春雨食感がよく、細切りのにんじんピーマンの彩りがよく、シャキシャキのもやしの食感もよい。