



# 阿波市の給食(令和8年5月11日~5月15日)



5月11日(月)  
ごはん チキンチキンごぼう  
ちゅうかスープ ミニトマト  
お魚ふりかけ 牛乳



5月12日(火)  
麦ごはん 牛丼  
はるさめのすのもの  
牛乳



5月13日(水)  
コッパン とうふとえびのチトソースに  
フルーツポンチ  
パンにめるチーズ 牛乳



5月14日(木)  
ごはん 魚のあげに  
きゅういもみ 五目ひじき  
牛乳



5月15日(金)  
カルシウムたっぷりませごはん  
たまごやき しそこんぶあえ  
みそ汁 焼プリンタルト 牛乳

令和8年度Awa産Our消  
Myメニューコンクール  
入選メニュー



豆がおいしい季節になりました。いろいろな種類の豆が出回りま

<p>さやいんげん</p> <p>「三度豆」ともよばれ、夏にかけてたくさん収穫できる。カロリー、ビタミンB群に富む。</p>	<p>グリーンピース</p> <p>若い豆を食べる。たんぱく質や炭水化物など豆としての栄養がとれる。ビタミンも豊富。</p>	<p>さやえんどう</p> <p>さを若どりしたもの。歯ざわりがよく、ほのかな甘みもある。カロリー、ビタミンCが豊富。</p>
--	--	---

使った阿波市の野菜

小松菜、にんじん、キャベツ  
きゅうり、玉ねぎ、葉ねぎ