



6月 給食だより

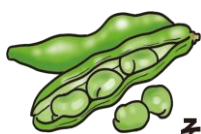


6月は食育月間

香美町立村岡学校給食センター
TEL: 99-5050

月	火	水	木	金
<p>1</p> <p>ごはん</p> <p>ジョア</p> <p>鮭のフレーク焼き</p> <p>イカとひじきのマリネ</p> <p>根菜のカレー煮</p>	<p>2 歯と口の健康週間メニュー</p> <p>麦ごはん</p> <p>牛乳</p> <p>茎わかめのかき揚げ</p> <p>肉だんごと野菜のトマト煮</p> <p>河内晩柑</p>	<p>3</p> <p>ごはん</p> <p>牛乳</p> <p>魚のごま塩焼き</p> <p>牛肉とアスパラの炒め物</p> <p>みそチゲうどん汁</p>	<p>4 小代小1・2年生が さやむきをします</p> <p>ごはん</p> <p>牛乳</p> <p>そら豆のグラタン</p> <p>アーモンドあえ</p> <p>おかひじきと卵のスープ</p>	<p>5</p> <p>麦菜めし</p> <p>牛乳</p> <p>手作り春巻き</p> <p>黒豆サラダ</p> <p>いなか汁</p>
<p>8 かみかみデー</p> <p>麦ごはん</p> <p>牛乳</p> <p>カミカミ</p> <p>カミカミごぼう</p> <p>キャベツの昆布マヨ</p> <p>高野の卵とじ</p>	<p>9</p> <p>ごはん</p> <p>牛乳</p> <p>オレンジチキン</p> <p>ツナカレーポテト</p> <p>ちゃんぽん豆乳スープ</p> <p>アメリカンチェリー</p>	<p>10</p> <p>ロールパン</p> <p>牛乳</p> <p>やきそば</p> <p>ほうれん草シュウマイ</p> <p>フルーツ白玉</p>	<p>11 入梅献立</p> <p>11日は入梅</p> <p>ごはん</p> <p>牛乳</p> <p>イワシの梅しそフライ</p> <p>胡瓜とわかめの酢の物</p> <p>新じゃがそぼろみそ煮</p>	<p>12 もあう〜と食べよう</p> <p>但馬牛フルコギ丼</p> <p>牛乳</p> <p>コロコロサラダ</p> <p>かき玉汁</p> <p>美方大納言小豆</p>
<p>15</p> <p>ごはん</p> <p>牛乳</p> <p>サワラのレモン南蛮</p> <p>ちくわと野菜のごまドレ</p> <p>わかめのみぞれ汁</p>	<p>16</p> <p>キムたくごはん</p> <p>牛乳</p> <p>かぼちゃのチーズ焼き</p> <p>マカロニサラダ</p> <p>呉汁</p>	<p>17</p> <p>麦ごはん</p> <p>牛乳</p> <p>ぎょうざの酢じょう油</p> <p>ヨーグルトバナナ</p> <p>八宝菜</p>	<p>18</p> <p>ごはん</p> <p>牛乳</p> <p>サバのソース煮</p> <p>おなかブロッコリー</p> <p>キャベツのミルク煮</p>	<p>19</p> <p>ごはん</p> <p>牛乳</p> <p>ぎせい豆腐</p> <p>切干大根の炒めナムル</p> <p>具だくさんみそ汁</p>
<p>22 ☆ハッピーマンデー☆</p> <p>ごはん</p> <p>牛乳</p> <p>卵のピザチーズ焼き</p> <p>きゅうりのピリカラ</p> <p>塩こうじポトフ</p>	<p>23</p> <p>ごはん</p> <p>牛乳</p> <p>ツバスの更紗あげ</p> <p>ごま酢あえ</p> <p>なめこ汁</p>	<p>24</p> <p>ポークハヤシライス</p> <p>(麦ごはん)</p> <p>牛乳</p> <p>にんじんラペ</p> <p>メロン</p> <p>中学: イカリング</p>	<p>25 ととの日</p> <p>ごはん</p> <p>牛乳</p> <p>焼きエテカレイ</p> <p>ピーマン春雨</p> <p>とり肉と大根のごま煮</p>	<p>26 半夏生献立</p> <p>7月2日は半夏生</p> <p>たこめし</p> <p>牛乳</p> <p>とり肉のガッシュカツ炒め</p> <p>じゃが芋の千切りサラダ</p> <p>冷やしもずくスープ</p>

初夏の味、いろいろ



そらまめ

食べ頃の若い豆を食べる。さやが空に向かって伸びることから「そらまめ」の名前がついた。

スタップえんどう

アメリカからやってきた。大きくなってもしやがやわらかく、中の豆と両方食べられる。



グリーンピース



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。

(材料の都合で献立を変更することがあります)

お手伝いしてるかな?



給食で学んだ正しい食器の置き方をうちでもしてみましょう。



料理をしているところをよく見て、自分ができることは進んでお手伝いしましょう。



いっしょに買い物に出かけて、メニューのアイデアを提案してみるのもいいですね。