

令和7年

6月 給食だより

香美町立
香住学校給食センター
(TEL36-0686)

月	火	水	木	金
2 ごはん 牛乳 トマトオムレツ 牛肉とアスパラの炒め物 初夏のかす汁	3 ごはん 牛乳 魚のみそマヨ焼き 五目なます 筑前煮	4 じゃこ菜めし 牛乳 ささみのレモンソース キャベツの昆布マヨ 吳汁	5 ごはん 牛乳 鮭の香草パン粉焼き 糸こんサラダ そら豆のチャウダー	6 歯と口の健康週間メニュー ごはん 牛乳 イカと大豆のかき揚げ ささみの梅風味あえ わかめスープ
9 ごはん 牛乳 豆腐のまさご揚げ 切干大根の炒めナムル いなか汁 あじさいゼリー	10 ごはん 牛乳 厚揚げのミートグラタン 海藻サラダ おじやが団子汁	11 ごはん 牛乳 イワシの梅煮 ごま酢あえ おかひじきと卵のスープ あじさいゼリー(香住小)	12 ごはん 牛乳 つくねのお好み風 スナップえんどう 和風カレースープ のどぐろのり	13 麦ごはん 牛乳 酢どり 青菜とじゃこのあえ物 メロン
16 ごはん 牛乳 サバのごまみそ焼き ピーマンの塩昆布あえ 野菜たっぷりコーンスープ △ハッピーマンテー△	17 ミルクパン 牛乳 なすとベーコンのスパゲティ ひじきのマリネ フルーツ白玉	18 麦ごはん 牛乳 ホイコーロー かぼチーサラダ けんちん汁	19 魚の日 ごはん 牛乳 焼きエテカレイ ゆかりあえ 豚じやが 《香美町魚食普及事業》	20 もおう～と食べよう但馬牛 但馬牛ごはん 大豆メンチカツ きゅうりと玉ねぎの酢の物 赤だし 《地元産但馬牛肉普及事業》
23 ごはん 牛乳 卵のミートカップ いんげんのアーモンドあえ ちゃんぽん豆乳スープ	24 ごはん 牛乳 スズキのフレーク焼き こんにゃくのおかか炒め キャベツのスープ煮	25 麦ごはん 牛乳 チキンカレー きゅうりのピリ辛 河内晩柑	26 ごはん 牛乳 ニギスのキャロットソース ビーンズサラダ 豚汁	27 日本の郷土料理(兵庫) たこめし 牛乳 とり肉のスタミナ焼き じゃがいもの千切りサラダ みそチゲうどん汁 7月1日は半夏生

(※材料等の都合により献立を変更することがあります。)

◆ジオンくんがついている日は、町内産の水産物や牛肉を使っています。◆

◆トライやる・ウィーク 6/2~6/6◆

香住第一中学校2年生
2名が、給食センターの
職場体験に来てくれます。
調理全般や洗浄作業、配達の
補助や食育授業の補助をして
もらう予定です。



かすみだいいちゅうがっこう
ねんせい
2名が、給食センターの
職場体験に来てくれます。
調理全般や洗浄作業、配達の
補助や食育授業の補助をして
もらう予定です。

けんこうからだ
健康な体づくりは よくかむことから!



じょくじ
食べていますか？ よくかむことは、食
べ物本来の味がわかっておいしく感じら
れるだけでなく、虫歯や肥満を防ぐこと
につながるなど、健康づくりの第一歩です。
6月4日~10日は「歯と口の健康週間」
です。食べるときはよくかむことを意識
して、食べた後はしっかり歯を磨き、健
康な歯と口を保ちましょう。

「よくかむ」ことで得られる効果

