

小学校6月こんだて表

新篠津村学校給食センター

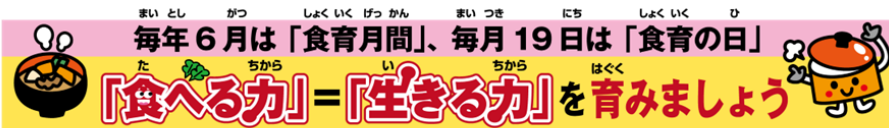
TEL 57-2630 FAX 57-2322

令和6年度

あかじ こんだて しんしのつ しょくざい つか
 ◎赤字の献立には新篠津の食材を使っています！

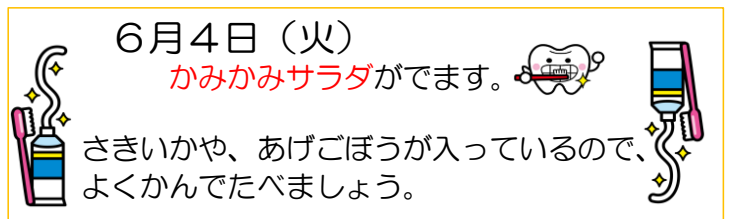
	月	火	水	木	金
こんだて名	3日	4日	5日	6日	7日
	うんどうかいふりかえきゅうじつ	ごはん チキンマスタード焼き かみかみサラダ わかめスープ	やさいラーメン ショーロンポー フルーツヨーグルトあえ	ごはん ホイコーロー ほうれんそうのごまあえ すいぎょうざスープ	シーフードカレー だいこんサラダ あじさいゼリー
	きいろ	ごはん エッグケア かたくりこ こめあぶら さとう ごまあぶら ごま はるさめ	ラーメン	ごはん こめあぶら ごま さとう	ごはん こめあぶら じゃがいも さとう あじ さいゼリー
	あか	とりにく チーズ さきいか とうふ わかめ 牛乳	ショーロンポー なまクリーム ヨーグルト 牛 乳	ぶたにく テンメンジャン すいぎょうざ 牛乳	えび いか ベビーほたて あさり いかま ぼこ 牛乳
	みどり	ごぼう にんじん きゅうり レタス たまねぎ	もやし きくらげ にんじん たまねぎ はるさい たけのこ コーン にん じく パチナ おとうろ みかん パイン	しょうが キャベツ にんじん ピーマン ほうれんそ う もやし だいこん チンゲンさい	たまねぎ にんじん にんにく だいこん きゅうり
こんだて名	10日	11日	12日	13日	14日
	ごはん こめこいはるまき ささみあえ もずくのみそしる	ごはん ハンバーグソース焼き コーンとえだまめのソテー やさいスープ	ナン しろみさかなのこうそうフライ サラダ スープカレー	ごはん とりにくのクリームに ブロッコリーサラダ たまごスープ	ごはん ジנגスカン キャベツのごまこんぶ あぶらあげのみそしる
	きいろ	ごはん こめあぶら さとう じゃがいも	ナン こめあぶら じゃがいも さとう こめあ ぶら バター	ごはん バター こむぎ さとう かたくりこ	ごはん こんにやく さとう ごま
	あか	こめこいはるまき とりにく みそ もずく 牛乳	ハンバーグ えだまめ ベーコン 牛乳	パジルかおるしろみさかなフライ とりにく 牛乳	ラムにく みそ こんぶ あぶらあげ わかめ 牛乳
	みどり	もやし きゅうり だいこん ながねぎ	コーン キャベツ にんじん たまねぎ パセ リ	レタス あまなつみかん ミノマト パセリ れんこん にん じん いんげん たまねぎ にんにく	たまねぎ にんじん ブロッコリー キャベツ こまつな
こんだて名	17日	18日	19日	20日	21日
	ごはん さばのみりんやき にくじゃが けんちんじる	ごはん ほっかいどうさんほたてフライ キャベツとベーコンのソテー なめこのみそしる	かしわうどん きつねもち ポパイサラダ	ごはん はんぺんチーズフライ いためなっとう はるさめスープ	えんそく こんげつのめあて よくかんで食べよう！ マナーを守ろう！
	きいろ	ごはん ごまあぶら じゃがいも さとう こん にやく	ごはん こめあぶら さとう	うどん きつねもち エッグケア ごま	ごはん こめあぶら さとう はるさめ
	あか	さば ぶたにく とうふ 牛乳	ほたてフライ ベーコン あぶらあげ とうふ みそ 牛乳	いかまぼこ とりにく ツナ 牛乳	チーズはんぺんフライ ぶたにく なっとう 牛乳
	みどり	にんじん だいこん ぶなしめじ ごぼう な がねぎ	キャベツ たまねぎ ピーマン ながねぎ な めこ	にんじん ながねぎ ほうれんそう キャベツ	たまねぎ にんじん ピーマン チンゲンさい きくらげ
こんだて名	24日	25日	26日	27日	28日
	ごはん ほっけいさいきょうフライ だいこんのそぼろに きゃべつのみそしる	ピビンパどん きゅうりのかふうづけ とりみそしる	せわりコッペパン 焼きそば ツナサラダ オニオンスープ	わかめごはん ぶりのてりやき きんぴらごぼう さつまじる	チキンカレー ハリハリづけ ヨーグルト
	きいろ	ごはん こめあぶら こんにやく さとう かた くりこ	ごはん ごま さとう ごまあぶら こめあぶら こんにやく	コッペパン むしラーメン こめあぶら エッグ ケア さとう バター	ごはん さとう こめあぶら ごまあぶら ごま さつまじりも こんにやく
	あか	まほっけいさいきょうフライ ぶたにく なまあげ あぶらあげ みそ 牛乳	ぎゅうにく ぶたにく とりにく とうふ みそ 牛乳	ぶたにく のり ツナ チーズ ベーコン 牛乳	わかめ ぶり とうふ みそ 牛乳
	みどり	だいこん にんじん えだまめ キャベツ た まねぎ	にんじん ほうれんそう にんにく たけのこ もやし きくらげ きゅうり だいこん ごぼう ながねぎ	もやし キャベツ にんじん きゅうり たまねぎ パ セリ にんにく ぶなしめじ	にんじん ごぼう れんこん ながねぎ

※牛乳は毎日つきます。また都合により献立が変更になることがありますのでご了承ください。



「人生100年時代」といわれるようになりました。生涯にわたって、心身ともに健康で生き生きと暮らしていくために、あらゆる世代の人が「食べる力」を身につける必要があります。特に、子どもたちに対しては、健全な心と体を培い、豊かな人間性を育んでいく基礎となる「食育」を、家庭・学校・地域が連携し、推進していくことが重要です。

食育とは…
 (食育基本法・前文より)
 ●生きる上での基本であって、知育・徳育および体育の基礎となるべきもの
 ●さまざまな経験を通して「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てること



中学校6月献立表

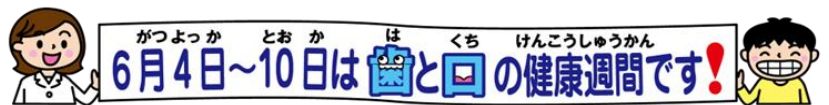
新篠津村学校給食センター
TEL 57-2630 FAX 57-2322

令和6年度

◎赤字の食材は新篠津産です。

	月	火	水	木	金
献立名	3日	4日	5日	6日	7日
	ご飯 あじフライ 切り干し大根の煮物 とうふのみそ汁	ご飯 チキンマスタード焼 かみかみサラダ わかめスープ	野菜ラーメン ショーロンポー フルーツヨーグルト和え	ご飯 ホイコーロー ほうれんそうのごま和え 水ぎょうざスープ	シーフードカレー 大根サラダ あじさいゼリー
	黄 ご飯 こめ油 砂糖	ご飯 エッグケア 片栗粉 こめ油 砂糖 ごま油 ごま 春雨	ラーメン	ご飯 こめ油 ごま 砂糖	ご飯 こめ油 じゃがいも 砂糖 あじさいゼリー
赤	あじフライ 油揚げ とうふ わかめ みそ 牛乳	鶏肉 チーズ さきいか とうふ わかめ 牛乳	ショーロンポー 生クリーム ヨーグルト 牛乳	豚肉 テンメンジャン 水ぎょうざ 牛乳	えび いか ベビーほたて あさり 糸かまぼこ 牛乳
緑	切り干し大根 人参 長ねぎ	ごぼう 人参 きゅうり レタス 玉ねぎ	もやし きくらげ 人参 玉ねぎ 白菜 たけのこ コーン にんにく パナナ 黄桃 みかん バイン	しょうが キャベツ 人参 ビーマン ほうれん草 もやし 大根 チンゲン菜	玉ねぎ 人参 にんにく 大根 きゅうり
献立名	10日	11日	12日	13日	14日
	ご飯 米粉入り春巻き ささみ和え もずくのみそ汁	ご飯 ハンバーグソース焼き コーンとえだまめのソテー 野菜スープ	ナン 白身魚の香草フライ サラダ スープカレー	ご飯 鶏肉のクリーム煮 ブロッコリーサラダ 卵スープ	ご飯 ジンギスカン キャベツのごま昆布 あぶらあげのみそ汁
	黄 ご飯 こめ油 砂糖 じゃがいも	ご飯 砂糖 バター	ナン こめ油 じゃがいも 砂糖 こめ油 バター	ご飯 バター 薄力粉 砂糖 片栗粉	ご飯 こんにゃく 砂糖 ごま
赤	米粉入り春巻き 鶏肉 みそ もずく 牛乳	ハンバーグ 枝豆 ベーコン 牛乳	バジル香る白身魚フライ 鶏肉 牛乳	鶏肉 牛乳 生クリーム 卵 わかめ	ラム肉 みそ 昆布 油揚げ わかめ 牛乳
緑	もやし きゅうり 大根 長ねぎ	コーン キャベツ 人参 玉ねぎ パセリ	レタス 甘夏みかん ミニトマト パセリ れんこん 人参 いんげん 玉ねぎ にんにく	玉ねぎ 人参 ブロッコリー キャベツ 小松菜	玉ねぎ 赤ピーマン ピーマン りんご キャベツ 長ねぎ
献立名	17日	18日	19日	20日	21日
	ご飯 さばのみりん焼き 肉じゃが けんちん汁	ご飯 北海道産ほたてフライ キャベツとベーコンのソテー なめこのみそ汁	かしわうどん きつねもち ポパイサラダ 焼プリンタルト	ご飯 はんぺんチーズフライ 炒め納豆 春雨スープ	ご飯 鶏肉の照り焼き 白菜の華風和え ぶた汁
	黄 ご飯 ごま油 じゃがいも 砂糖 こんにゃく	ご飯 こめ油 砂糖	うどん きつねもち エッグケア ごま 焼きプリンタルト	ご飯 こめ油 砂糖 春雨	ご飯 砂糖 春雨 ごま ごま油 こんにゃく じゃがいも
赤	さば 豚肉 とうふ 牛乳	ほたてフライ ベーコン 油揚げ とうふ みそ 牛乳	糸かまぼこ とりにく ツナ 牛乳	チーズはんぺんフライ 豚肉 納豆 牛乳	鶏肉 豚肉 豆腐 みそ 牛乳
緑	人参 大根 ふなしめじ ごぼう 長ねぎ	キャベツ 玉ねぎ ビーマン 長ねぎ なめこ	人参 長ねぎ ほうれん草 キャベツ	玉ねぎ 人参 ビーマン チンゲン菜 きくらげ	白菜 きゅうり 人参 しょうが ごぼう ぶなしめじ 長ねぎ
献立名	24日	25日	26日	27日	28日
	ご飯 ほっけ西京フライ 大根のそぼろ煮 きゃべつのみそ汁	ピビンバ丼 きゅうりの華風漬 とりみそ汁	せわりコッパン やきそば ツナサラダ オニオンスープ	わかめごはん ぶりの照り焼き きんぴらごぼう さつま汁	チキンカレー ハリハリ漬け ヨーグルト
	黄 ご飯 こめ油 こんにゃく 砂糖 片栗粉	ご飯 ごま 砂糖 ごま油 こめ油 こんにゃく	コッパン 蒸しラーメン こめ油 エッグケア 砂糖 バター	ご飯 砂糖 こめ油 ごま油 ごま さつまいも こんにゃく	ご飯 じゃがいも こめ油 砂糖 ごま ごま油
赤	真ホッケ西京フライ 豚肉 生揚げ 油揚げ みそ 牛乳	牛肉 豚肉 鶏肉 とうふ みそ 牛乳	豚肉 のり ツナ チーズ ベーコン 牛乳	わかめ ぶり とうふ みそ 牛乳	鶏肉 チーズ ヨーグルト 牛乳
緑	大根 人参 枝豆 キャベツ 玉ねぎ	人参 ほうれん草 にんにく たけのこ もやし きくらげ きゅうり 大根 ごぼう 長ねぎ	もやし キャベツ 人参 きゅうり 玉ねぎ パセリ にんにく ふなしめじ	人参 ごぼう れんこん 長ねぎ	玉ねぎ 人参 にんにく 切り干し大根 きゅうり

※牛乳は毎日つきます。また都合により献立が変更になることがありますのでご了承ください。



毎年6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」
「食べる力」＝「生きる力」を育みましょう

「人生100年時代」といわれるようになりました。生涯にわたって、心身ともに健康で生き生きと暮らしていくために、あらゆる世代の人が「食べる力」を身につける必要があります。特に、子どもたちに対しては、健全な心と体を培い、豊かな人間性を育てていく基礎となる「食育」を、家庭・学校・地域が連携し、推進していくことが重要です。

食育とは…
 (食育基本法・前文より)
 ●生きる上での基本であって、知育・徳育および体育の基礎となるべきもの
 ●さまざまな経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てること

よくかむことを意識しましょう。
 かむ かむ

1 2 3 ...30
 ひと口 30回かむ

こんなことも食育です

- 買い物や料理など、一緒に食事の支度をする
- 家族や仲間と楽しく食卓を囲む
- 地域の郷土料理や行事食を味わう

6月4日(火)
かみかみサラダができます。
 さきいかや、あげごぼうが入っているので、よくかんでたべましょう。