

令和6年度

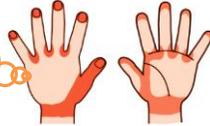
6月 献立表

笠松町学校給食センター



つゆの季節になりました。つゆの時期はジメジメして食中毒を起こしやすいするため、いつも以上に手洗いや家庭での調理に気を付けましょう。

赤い部分は洗い残しやすい所です。とくに気をつけて洗いましょ。



歯と口の健康について考えよう！6月4日～10日は「歯と口の健康週間」

6月は、「歯と口の健康週間」です。歯と口は、私たちが健康に生きていく力を支えてくれるものです。

4日～10日の1週間は噛み応えのある食材を毎日取り入れ、いつもよりも噛むことを意識できるメニューにしました。歯の健康は体全体の健康につながります。よくかんで食べましょう！



このマークがある料理はかみかみメニューです。
ひと口3.0回を心がけてよくかんで食べてくださいね。



22日(木) 行事食「みそぎ」



給食に関する情報を見ることができます。



食育の日の取り組み

18日「減塩給食」

今月の食育の日献立は「減塩給食」です。塩分の取りすぎは生活習慣病につながる恐れがあります。いつも家族みんなで塩分の取りすぎに気を付けていきたいですね。

おいしく！減塩のポイント



3日(月) 小602・中793 kcal	4日(火) 小691・中901 kcal	5日(水) 小605・中762 kcal	6日(木) 小592・中687 kcal	7日(金) 小593・中756 kcal
キャベツのしおこんぶあえ ぐじょうみそチキン あじつけのり のっぺい汁 むぎごはん	けんとうんちの かみかみ もの わかめの赤みそ汁 むぎごはん	コーンサラダ(ド) 大豆とごきかなの ごまがらめ カレーうどんの汁 うどん	にゅうさんきんいんりょう (マスカット) ツナマヨトースト 夏野菜のミネストローネ ロールパン	きんぴらごぼう 二色そばごはんの具 とうがん汁 むぎごはん
10日(月) 小646・中838 kcal こまつなと油あげの さわらのみそマヨネーズやき にびたし けんちん汁 むぎごはん	11日(火) 小597・中694 kcal とりにととなすのくろずあんかけ オレンジ ちゅうかはるさめのスープ 五目チャーハン	12日(水) 小607・中779 kcal さくらんぼゼリーポンチ フランクフルト やきそば 小がたコッパン	13日(木) 小677・中845 kcal ごぼうサラダ(ド) スパニッシュオムレツ ポークビーンズ くるパン	14日(金) 小610・中803 kcal ぶたにくのたまねぎソースかけ ほうれんそう ともやしの ごまあえ 新じゃがいものみそ汁 むぎごはん
17日(月) 小644・中853 kcal だいこんサラダ(ド) ココア豆 なつやさいカレー むぎごはん	18日(火) 小631・中811 kcal ほうれんそうの あじのなんばんづけ おかかあえ さつま汁 むぎごはん	19日(水) 小539・中635 kcal ヨーグルト パンサンスー にくしゅうまい 五目コーンラーメンの汁 中かめん	20日(木) 小635・中783 kcal チョコクリーム グリーンサラダ(ド) ポテトとアスパラのグラタン ジュリエンスープ こめこ食パン	21日(金) 小717・中906 kcal みそぎだんご キャベツの ゆかりあえ おやこどんの具 むぎごはん
24日(月) 小559・中720 kcal けいちゃん きゅうりと わかめの すのもの さわにわん むぎごはん	25日(火) 小610・中695 kcal あじさいゼリー たこのからあげ かきたま汁 五目ツナごぼうごはん	26日(水) 小728・中925 kcal キャベツとコーンのソテー あおりポテト ぎふだいのミートソース ソフトスパゲティ	27日(木) 小709・中896 kcal ポテトサラダ(マ) ハンバーグの ケチャップソースかけ コーンポタージュ(ク) バーガーパンズ	28日(金) 小714・中917 kcal チンゲンサイの はるまき ナムル マーボー豆ふ むぎごはん