



きゅうしょくこんだてひょう



山県市立
伊自良南小学校

給食目標：よくかんで食べよう

月	火	水	木	金
6月 食育月間 	1 ごぼうサラダ キャベツメンチカツ くるパン やさいスープ 	2 やきシューマイ ピビンパどん わかめスープ 	3 きりほしだいこんのいために ちくわのいそべあげ 1しようどん みそうどんのしる 	4 ナムル かんこくふうにくじゃが むぎごはん はるさめスープ
	7 にびたし からあげのレモンソースかけ むぎごはん とうふのみそしる 	8 いい歯の日 コールスローサラダ こめこしよパン オニオンスープ 	9 生活習慣病予防献立 いんげんのごまあえ むぎごはん いとかもぼこのすましる 	10 シーザーサラダ ヨーグルト ハヤシライス
14 ちゅうかあえ チンジャオロース むぎごはん ちゅうかふうコーンスープ 	15 おかかあえ ぶたにくのしょうがいため むぎごはん たまねぎのみそしる 	16 ちくぜんに あゆのやくみだれ むぎごはん とうふのすましる 	17 フルーツのゼリーよせ ウインナー こがたパン やきそば 	18 食育の日 ごまあえ とりにくのてりやき くわのみまめごはん ふのすましる
21 ひじきのいために いわしのかばやき むぎごはん かみなりじる 	22 シャキシャキサラダ にこみハンバーグ しょうパン いちごジャム きりほしだいこんのスー 	23 コーンキャベツ フロースヨーグルト カレーライス ふくじんづけ 	24 もやしサラダ だいずとじゃこのあげに ソフトめん ちゅうかあんかけ 	25 体験的学習活動等休業日
28 こんぶあえ あげとうふのくみそかけ むぎごはん のっぺいじる 	29 ちゅうかサラダ あつあげのオイスターソースに むぎごはん レタスープ 	30 きんぴら さわらのてりやき むぎごはん とうふのみそしる 	6月4日～10日は「歯と口の健康週間」 	

6月は食育月間です

食卓をみんなで囲んで心を豊かに！
豊かな心と体を育む食育に関心をもち、食を通したコミュニケーションを大切にしましょう。

食を通した環境の「環」を大切に！
食は自然の恵みであることを認識し、持続可能な食料生産と消費を考えましょう。

伝統的な日本の食文化・「和」を伝えよう！
風土を生かし、先人が育んできた伝統的な地域の食文化を未来に受け継いでいきましょう。

健康的な食生活を実践しよう！
毎日、朝ごはんをしっかり食べるなど、日頃から望ましい食生活を実践し、身につけましょう。

食を通し、人の「輪」を広げよう！
食はさまざまな人の活動に支えられていることを理解し、感謝して食べましょう。

自ら判断し、選ぶ力をつけよう！
安全性を自ら判断でき、さらに環境にも配慮した食品を選んでいける力をつけましょう。

新型コロナウイルス対策のためにも…
こんなことに気をつけましょう！！

- ① つけない**
・せきやくしゃみをまきちらさない
・「三密」を避け、部屋はよく換気
- ② ふやさない**
・マスクをつけて体の中に入れない
・体の抵抗力を高める！
- ③ やっつける**
・ウイルスはせっけんが苦手です！
食べる前には、とくにいていねいにせっけんで手を洗いましょう。

※学校給食は「学校給食地産地消推進事業」により県・市町村・JAグループの一部助成を受けています。
※食材の関係で献立変更する場合があります。