

学校給食予定献立表

令和4年度6月

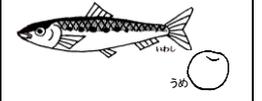
Table with columns: 日曜 (Day/Week), 牛乳 (Milk), 献立名 (Menu Name), 主な材料とその働き (Main Ingredients and Their Functions), エネルギー (Energy), たんぱく質 (Protein), 献立メモ (Menu Notes). Rows include various dishes like 'きなこ揚げパン', 'ピーズチキウダー', 'ごぼう入りフライカレー', etc.



3日(金)【歯と口の健康週間(4日～)】今年度の標語は「いただきます 人生100年 歯と共に」です。給食では、かみごたえのある食材(ごぼう、ひよこめめ)を使います。目指せ！一口30回！



13日(月)【入梅(11日)】梅雨入りの季節です。入梅は昔、田植えなど農作業の目安になっていました。この時期の鰯は脂がのっておいしく「入梅鰯」と呼びます。カリカリ梅のご飯と一緒に食べて、口をさっぱりさせましょう。



17日(金)【食育の日(19日)】島根県の料理 島根県出雲地方には、日本全国から神様が集まると言われています。「すもじ」は出雲の方言で「寿司」のことです。名産の鯖が入った混ぜ寿司で、他にもにんじんやれんこんなどをを入れて彩りよく仕上げます。具汁は大豆をすりつぶして入れた栄養たっぷりの味噌汁です。



30日(木)梅雨の季節の料理 あじさいゼリーポンチは、給食センターで手作りしたぶどうゼリーや、ナタデココが入ったデザートです。あじさいの花をイメージして作ります。

