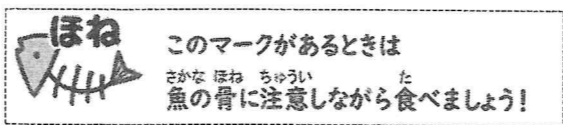


# 6月 予定献立表



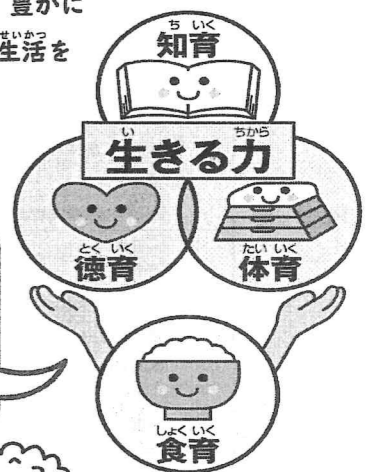
月	火	水	木	金
□□□□□□ 6月の大仙市産 □□□□□□	□□□□□□	□□ 6月の秋田県産 □□	1	2
□ 米(あきたこまち) □ みそ □ しょうゆ □ ゆで大豆 □ キャベツ(6/23~)	□ ブロッコリー □ かぼちゃ	□ ぶた肉 □ にんにく □ むき枝豆 □ 稲庭うどん □ しめじ(由利本荘市) □ まいたけ(秋田市) □ じゅんさい(三種町) □ トウバンジャン(三種町)	・ ごはん ・ 中華ラビオリ ・ ポークチャップ ★ ビーフンスープ ★ ビーフンは、米から作られた細長いめん。	★ ハヤシライス ・ はるさめサラダ ・ ぶどうヨーグルト ★ かくし味は、肉小友産のしょうゆ。
5	6	7	8	9
・ ごはん ・ いわしの梅煮 ・ 春雨入り五目きんぴら ・ 赤だし ★ 歯と口の健康週間ゼリー	・ ごはん ・ ハンバーグおろしソース ・ コーンポテト ★ 押麦ミネストローネ ★ 押麦は小麦をつぶしたものを。	・ ごはん ・ カツオのソース揚げ ・ にんじんしりしり ★ もずくかちゅー湯 ★ 沖縄で飲まれているみそ汁。	・ ごはん ★ とり肉のレモンあん ・ すき昆布の炒り煮 ・ ごま風味豚汁 ★ レモンはみかんの仲間。	・ ごはん ・ ささみチーズフライ ・ いためビーフン ・ わかめスープ
日本歯科医師会が「6(む)4(し)」にちなんで6月4日に「虫歯予防デー」を行ったことから始まりました。ひと口20~30回! しっかりかんで食べよう!				
12	13	14	15	16
・ ごはん ・ サバのみそ煮 ★ 肉じゃが ・ 卵とコーンのスープ ★ 肉じゃがのモデルは、ビーフシチュー。	・ コッペパン ・ 星のミンチカツ ★ 人参ナポリタン ・ かぼちゃスープ ・ チョコ大豆クリーム ★ 野菜をパスタに見立てたメニュー。	・ ごはん ・ サバのカレー焼き ・ 切干大根のペーコンソテー ★ スンドゥブチゲ ★ 豆腐を使った韓国のなべ料理のひとつ。	・ ごはん ★ とりの天ぷら ★ ひと口ふるふき大根 ★ 山菜豚汁 ★ 味付けのり ★ 鬼滅の刃に関連したメニュー。	★ スマイルカレー ★ (スマイルポテト) ・ はちみつレモンゼリー ★ 大豆ミートを使ったカレーに、スマイルポテトをのせて、スマイルカレーにしよう!
19	20	21	22	23
・ ごはん ・ いわしのオレンジ煮 ・ ひじきと厚揚げの炒り煮 ★ にゅうめん ・ 青うめゼリー ★ 稲庭うどんを使ったにゅうめん。	・ ごはん ・ 春巻 ★ プルコギ炒め ・ マーボー豆腐 ★ 野菜と春雨を炒めた、韓国料理。	・ ごはん ・ 焼き魚(ホッケ) ★ ラタトゥイユ ・ とりごぼうスープ ・ 黒糖ピーンズ ★ 南フランスの家庭料理。	・ ごはん ・ のり塩ポテトコロッケ ・ 切干大根の甘酢和え ★ タンタンスープ ★ 練りごまとすりごまを使った中国四川生まれのメニュー。	・ 夏野菜カレー ・ おさかなナゲット ・ ライチジュレ ★ 夏野菜のナスやかぼちゃ、枝豆などが入った夏限定のカレー。
26	27	28	29	30
・ ごはん ・ サワラフライ ・ ビーフンチャンプルー ★ モロヘイヤのみそ汁 ★ モロヘイヤは、エジプト生まれの夏野菜。	・ 丸パン ・ 焼きメンチカツ ★ ルーローハン ・ コーンスープ ・ ブルーベリージャム ★ 八角を使った台湾料理。	・ ごはん ・ アジフライ ★ キムタク炒め ・ オクラのみそ汁 ★ 長野県塩尻市の学校給食から生まれたメニュー。	・ ごはん ・ ぶた肉のしょうが焼き ・ チャップチェ ★ じゅんさい汁 ★ 秋田県三種町でとれたもの。7月1日は「じゅんさいの日」	★ ごはん ・ しそ巻きぎょうざ ・ 厚揚げホイコーロー ★ シャオレイ汁 プルーン ★ 双子のパンダをイメージ

\*牛乳は毎日つきます。\*予定献立につき変更になることがあります。  
\*給食費の第2期納期限(口座振替日)は、6月26日です。



## 6月は「食育月間」 「食育」で生きる力を育もう

生きていく上で欠かすことのできない「食べること」。生涯にわたって健康で心豊かに暮らしていくためには、子どものころから、食に関する知識を身に付け、健全な食生活を実践できる力を育むことが重要です。  
毎年6月は国が定める「食育月間」です。よりよい食生活を自覚して、できることから取り組んでみませんか。



◆「食育基本法」では、「子どもたちが豊かな人間性をはぐくみ、生きる力を身に付けていくためには、何よりも「食」が重要である」と明記され、食育を「生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきもの」と位置付けています。

### 家庭で取り組みたい「食育」

朝ごはんを食べる

家族で食卓を囲む

一緒に食事の支度を  
する

わが家の味を伝える

### 6月 読書×給食「ブックメニューの日」

◆「ブックメニューの日」とは、絵本や物語、小説などに登場する料理や食べ物を給食で再現、登場させる取り組みです。

<p>「味付きのり」</p> <p>★日本伝統の模様がのりに! 【鬼滅の刃】</p>	<p>「山菜」</p> <p>★炭治郎の好物はタラの芽 【鬼滅の刃】</p>	<p>「ふるふき大根」</p> <p>★無一郎の誕生日は、8月8日 【鬼滅の刃】</p>	<p>「天ぷら」</p> <p>★伊之助の好物は天ぷら 【鬼滅の刃】</p>	<p>「サバのみそ煮」</p> <p>★堀越二郎の好物 【嵐たちめ】</p>
<p>「ぎょうざ」</p> <p>★怒りのパワーで餃子を焼く 【いかりのギョーザ】</p>	<p>「豚汁」</p> <p>★温かな交流が心をほぐす 【東京すみっごはん】</p>	<p>「ラタトゥイユ」</p> <p>★イーゴが喜んだ豚玉の味 【レミーのおいしいレストラン】</p>	<p>「ハヤシライス」</p> <p>★ミステリー小説 【流星の絆】</p>	<p>「アジフライ」</p> <p>★松崎家のメニュー 【コクリコ坂から】</p>