



給食だより



大好評の食堂のごはん、6月号をお届けします。

日	曜日	給食先	食券 販売日	メニュー
4	火		券	牛すじカレー サラダ フルーツ
5	水		券	魚のムニエル 小松菜の卵とじ みそ汁 ご飯
6	木	※ PTA総会	券	豚しゃぶサラダ風 トマトと揚げナスの香味炒め みそ汁 ご飯
7	金			鶏とイカのチリソース(卵入り) 冷奴 みそ汁 ご飯
10	月		券	鶏肉の南蛮漬け ニラと青菜の卵炒め みそ汁 ご飯
11	火	※ 交通安全教室	券	魚のフライ カレービーフン みそ汁 ご飯
12	水		券	和風ハンバーグ マカロニサラダ みそ汁 ご飯
13	木		券	うどん 焼きナス シラス混ぜご飯
14	金			ハヤシライス サラダ フルーツ
17	月		券	魚の塩焼き トマトそうめん みそ汁 ご飯
18	火	※ 非行防止教室	券	エビとそら豆のがんも ポテトサラダ みそ汁 ご飯
19	水		券	肉野菜炒め 和え物 みそ汁 ご飯
20	木		券	冷やし中華 ゴーヤと厚揚げのチャンプルー おにぎり
21	金			カツ丼 酢物 みそ汁
24	月		券	魚の煮付け うどんサラダ みそ汁 ご飯
25	火		券	夏野菜カレー サラダ フルーツ
26	水		券	手羽元唐揚げ(甘辛だれ) たらこスパ みそ汁 ご飯
27	木		券	チャンポン ギョーザ おにぎり
28	金			豚丼 酢物 みそ汁

栄養価の高い、旬のものを食べて、元気に勉強しよう♪

- 都合により、献立が変更される場合があります。
- ※マークは、給食先の日(17:55~18:15)です。
- 券マークが食券販売日で、原則として前週の月~木です。



夜食のパンと牛乳は、食堂の中で食べましょう。持ち出しは禁止です。

◎ 6月は「食育月間」です。

普段何気なく食べているご飯ですが、私たちの体を作り、健康を保つうえでは、とても大切な役割を果たしています。食べるもののバランスが良ければ、私たちの体も健康でいられます。でも、同じものばかり食べていると栄養が偏り、健康を損ねることにつながります。

この機会に、自分の普段の食生活を振り返ってみてはいかがでしょうか。