



Table with columns: 日曜日, こんだて名, のみもの, おもな材料 (血や肉になる, 熱や力になる, 体の調子をごとのえる), 栄養価. Rows include meals like 1月 しそひじきごはん, 2月 きなこあげパン, etc.

※都合により、献立を変更することがあります。 ※パン、魚、くだもの種類などは、右側の「おもな材料」欄の食品を予定しています。

<6月の献立から>

- Q「かみかみ給食」: 4日から10日まで、「歯と口の健康週間」です。それに合わせて6月は、よく噛んで食べてほしい食品や、歯やあごが丈夫になるための栄養素であるカルシウムが多く含まれる食品をより多く取り入れました。
☆印が、よく噛んで食べてほしい『かみかみ給食』です。意識してよく噛んで食べられるといいですね。
○10日「開校記念日・入梅献立」: 10日は開校記念日です。お祝いに五目寿司にし、人気の鶏の照り焼きにしました。
また、翌日11日は入梅です。梅雨入りの季節にピッタリの、あじさいをイメージした「あじさいポンチ」を作ります。
○11日「世界の料理(アメリカ)」: 11日にはサッカーワールドカップが開催されます。それに合わせて開催国の一つである、アメリカの料理「ジャンバラヤ」を作ります。しっかりと食べて、世界中の選手を元気に応援しましょう！
○23日「ご当地給食(沖縄)」: 23日は沖縄県の「慰霊の日」にちなんで、沖縄県の郷土料理を出します。「タコライス」は、メキシコ料理のタコスの具をごはんと一緒に食べる、沖縄で誕生した料理です。ほかに沖縄県産の島豆腐もすくを入れたスープ、冷凍パイなど沖縄を食べて感じる献立にしました。楽しんで食べてもらえると嬉しいです。
○30日「♡和食の日・夏越の祓」: 30日には「夏越の祓」という行事があります。茅や藁で作った「茅の輪」をくぐり、残りの半年間の無病息災を祈る日です。昔から日本人にとって重要な穀物である雑穀ごはんの上に、茅の輪をイメージした丸いかき揚げをのせた料理が「夏越ごはん」です。みなさんが元気に過ごせるように一生懸命作ります。



今月のまち☆ベジ

使用予定の町田産の食材は、だいこん、トマト、キャベツ、こまつな、きゅうり、さやいんげん、チンゲン菜、スッキーニです。
天候等により納品不可能な場合は、別の産地から取り寄せたり、ほかの野菜に変更したりすることがあります。

