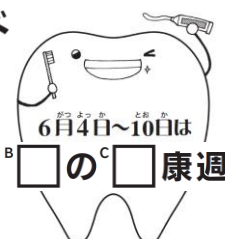


6月給食配膳表

月	火	水	木	金
<p>食育クロスワード</p> <p>□に当てはまる漢字を考えてみよう どんな言葉が出てくるかな？</p> <p>6月4日~10日は A □ と B □ の C □ 康週 D □</p> <p>ABCDの漢字を当てはめてみよう</p> 	<p>ヨコのカギ</p> <ol style="list-style-type: none"> じゃがいもを〇〇〇〇に切る。 目に入れる液体。 〇〇医院。英語でdental clinic 運動会は、〇〇延期です。 動物〇〇週間。 学校で臭谷が悪い時に行くところ。 おやつのこと。 	<p>タテのカギ</p> <ol style="list-style-type: none"> 順番の最初。 甘いものの食べすぎ。痛いよー。 ドラッグストアのこと。 たくさん降ってきた。 親または親のかわりになる人。 心身が強くてくましいこと。 食べること。 部屋の中。 	<p>1日</p> <p>ゆでブロッコリー 焼きハンバーグ</p> <p>ごはん</p> <p>コーンポタージュ</p> <p>洋食</p> <p>4月から、ごはんの量が増えました。ごはんは、どんなおかずにも合うので、今日は洋食メニューです。</p>	
<p>4日</p> <p>やきししゃも 幼小2・中3</p> <p>ごはん</p> <p>ごもくきんぴら</p> <p>虫歯予防デー</p> <p>よく噛んで食べると、唾液がたくさん出て、口の中の虫歯菌を洗い流してくれますよ。</p>	<p>5日</p> <p>パンパンジーサラダ</p> <p>チャーハン</p> <p>にくだんごのスープ</p> <p>パンパンジー</p> <p>漢字で「棒・棒・鶏」と書きます。蒸した鶏肉を棒でたたいて、ほくしていたのが名前の由来です。</p>	<p>6日</p> <p>ひじきのすだちすあえ</p> <p>ごはん</p> <p>にくじゃが</p> <p>ひじき</p> <p>骨や歯を作るカルシウムや、血液の材料になる鉄分も多く含まれています。残さず食べましょう。</p>	<p>7日</p> <p>フルーツあんじん</p> <p>ごはん</p> <p>やきそば</p> <p>杏仁豆腐</p> <p>中華料理のデザートでよく食べられています。香の種の中の仁とと呼ばれる部分で香りをつけています。</p>	<p>8日</p> <p>はんぺんのチーズあげ1個 ミニトマト 幼小1・中2</p> <p>ごはん</p> <p>たくさんみそじる</p> <p>歯と口の健康週間</p> <p>歯と口の健康週間について考え、一週間です。よく噛むことを意識して食べるようにしましょう。</p>
<p>11日</p> <p>振替休日</p>	<p>12日</p> <p>やさしいごまドレッシングあえ</p> <p>ごはん</p> <p>かぼちゃとがんもどきのにも</p> <p>かぼちゃ</p> <p>今から400年ほど前にカンボジアから伝わってきたので、「かぼちゃ」と呼ばれるようになったそうです。</p>	<p>13日</p> <p>オレンジツナそば</p> <p>げんまいごはん</p> <p>どさんこじる</p> <p>ツナそば</p> <p>まぐろのオイル漬けでそばの具を作りました。自分でごはんの上のせて、いただきますよ。</p>	<p>14日</p> <p>ブロッコリーのシーザーサラダ</p> <p>コッペパン</p> <p>ポークビーンズ</p> <p>シーザーサラダ</p> <p>粉チーズとレモン果汁が味のポイントのサラダです。アメリカのシーザーホテルで考えられました。</p>	<p>15日</p> <p>ポイルキャベツとんかつ 幼小1・中2</p> <p>ごはん</p> <p>にらたまスープ</p> <p>にら</p> <p>にらの独特な香りは、にんにくやねぎと同じ「アリシン」という成分によるものです。少し似た香りがしますね。</p>
<p>18日</p> <p>フレンチサラダ</p> <p>ごはん</p> <p>ハヤシライス</p> <p>ハヤシライス</p> <p>ハッシュドビーフをごはんにかけて料理です。ハッシュとは、細かく刻んだという意味です。</p>	<p>19日</p> <p>たちのおカレーなんばん 幼1・小中2</p> <p>ごはん</p> <p>けんちんじる</p> <p>なると学校食育の日</p> <p>なると第九のイラストつき「あじつけのり」が付いています。みんなは、ドイツ語で第九を歌えますか？</p>	<p>20日</p> <p>しそひじき とさあえ</p> <p>ごはん</p> <p>ふたにくのやなかわに</p> <p>やなかわに</p> <p>「どじょう」と「ごぼう」を煮込み卵でとじた「柳川鍋」をアレンジし、豚肉とごぼうで作りました。</p>	<p>21日</p> <p>フルーツゼリーミックス</p> <p>ごはん</p> <p>チーズパン</p> <p>こまつなのわふうスバゲッティ</p> <p>ゼリーミックス</p> <p>今日はいつものフルーツミックスに、ゼリーを混ぜています。ツルンとして、食べやすいですね。</p>	<p>22日</p> <p>きりぼしだいこんとかにかまのすのもの</p> <p>ごはん</p> <p>あつあげのそばろに</p> <p>切り干し大根</p> <p>旬にとれた美味しいうまみを干して作る切り干し大根は、うまみが凝縮されています。</p>
<p>25日</p> <p>オレンジさわらのごまみそがけ</p> <p>ごはん</p> <p>ふしめんじる</p> <p>ふしめん</p> <p>手延べそうめん製造過程で出来る筋の部分です。つるつるしていて、美味しいですね。</p>	<p>26日</p> <p>やまぶきあえ</p> <p>ごはん</p> <p>きゅうにくとごぼうのうまに</p> <p>ごぼう</p> <p>ごぼうには、食物繊維がたくさん含まれていて、お腹の掃除をしてくれます。</p>	<p>27日</p> <p>あつゆきたまご</p> <p>たきこみごはん</p> <p>じゃがいもわかめのみそじる</p> <p>みそ</p> <p>みそに含まれるサポニンやレシチンという成分は腸の悪い菌を洗い流す働きがあります。</p>	<p>28日</p> <p>(セルフツナサンド) ツナコーンきゅうり</p> <p>しよくパン</p> <p>パンブキンポタージュ</p> <p>セルフツナサンド</p> <p>食パンに、ツナとコーンときゅうりのサラダをチーズをはさんで、自分でサンドイッチを作しましょう。</p>	<p>29日</p> <p>ヨーグルト</p> <p>ポークしゅうまい 幼小2・中3</p> <p>ごはん</p> <p>とうふのちゅうかに</p> <p>ヨーグルト</p> <p>ヨーグルトは、腸をきれいにしたり、病気になるにくする「免疫力」を高める働きがあります。</p>