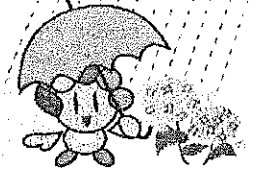




給食たより



給食センターの目の前の麦畑では雨にあたり、緑が美しく映える時期になりました。雨が多くなるこの時期は、食中毒などが心配です。食事の手洗いをし、清潔なハンカチやタオルでしっかりと拭いて、衛生面に気を付けながら食べましょう！

「食育」で生きる力を育もう

毎年6月は「食育月間」です。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大切です。

よりよい食生活を自指して、学校では、給食の時間をはじめとし、いろいろな授業で取り組みが行われています。

ぜひ、ご家庭でもこの機会にふだんの食生活を振り返ってみてください！

◆「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。

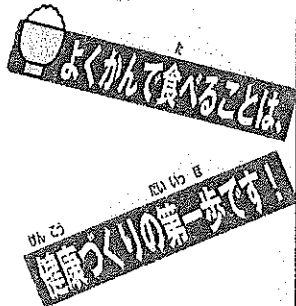


6/4~6/10

歯と口の健康週間



6月4日からの1週間は、「歯と口の健康週間」です。給食センターではよく噛んでもらえるようにかみかみメニューを取り入れました。丈夫で健康な歯と口を保つために、よくかんで食べる習慣を身につけましょう。



かみかみメニュー紹介



6月5日(月) ごぼう飯

ささがきしたごぼうがたくさん入った混ぜごはん★しゃきしゃき、もぐもぐ、ごぼうの香りがお口の中に広がります！



6月6日(火) かみかみサラダ

根菜類の大根、ごぼう、にんじんとさきいかを入れたサラダ。さきいかがいいお味♡



6月8日(木) 味付き小魚

小魚をばりばりよく噛んで、さらにカルシウム豊富な食材で歯にもGood!!



6月9日(金) かみかみかき揚げ

ごぼう、にんじんが入ったかき揚げ☆煮込みうどんにぴったり♪



学校給食予定献立表



★6月は食育月間★
★毎月19日はいただきますの日(群馬県)★

令和5年6月中学校

八田市立新田学校給食センター

日	曜	こんだてめい			おもなざいりょうめい						エネルギー たんぱく質 しじょう
		しゅしよく	のみもの	おかず	からだのそしきをつくる(あか)		からだのちようしよとどのえる(みどり)		はつちのちよとどる(あじ)		
					1ぐん	2ぐん	3ぐん	4ぐん	5ぐん	6ぐん	
1	木	ごはん	牛乳	あじのスタミナ焼き カレー肉じゃが なすのみそ汁	あじ とうふ ぶたにく みそ あぶらあげ	ぎゅうにゅう	にんじん さやいんげん こまつな	たまねぎ ながねぎ ほししいだけ なす しらたき	ごはん じゃがいも さとう	あぶら	744 38.4 16.3
2	金	うぐいす あげパン	牛乳	ツナサラダ ABCスープ 魚チーズ	きなこ ツナ うすらたまご ベーコン	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん チンゲンサイ	きゃべつ じゃがいも コーン たまねぎ	パン さとう じゃがいも マカロニ	あぶら	836 33.2 39.3
5	月	ごぼうめし	牛乳	(ごぼうめしの具) さばの照り焼き じゃがいものみそ汁	ぶたにく あぶらあげ さば みそ	ぎゅうにゅう しらす とうふ	にんじん さやえんどう こまつな	ごぼう だいごん ながねぎ	ごはん じゃがいも さとう	あぶら	808 32.8 30.1
6	火	ごはん	牛乳	とうふハンバーグおろしソース かみかみサラダ にらたま汁 ヨーグルト	とうふ とりにく さきいか たまご	ぎゅうにゅう ヨーグルト	にら にんじん	だいごん じゃがいも さとう しめじ たまねぎ	ごはん さとう でんぶん	あぶら	803 31.9 21
7	水	ツイストロールパン	牛乳	えびとマカロニのトマトクリーム煮 コールスローサラダ オレンジ	えび ベーコン	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん トマト	たまねぎ じゃがいも じゃがいも オレンジ	パン マカロニ ドレッシング じゃがいも	あぶら	811 30.1 33.7
8	木	ごはん	牛乳	韓国風焼き肉 きゅうりの中華漬け わかめスープ 味付き小魚	ぶたにく とうふ ベーコン	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん にら	たまねぎ ながねぎ もやし じゃがいも	ごはん ごまあぶら さとう	あぶら	805 35.4 26.7
9	金	アップルパン	牛乳	煮込みうどん かみかみかきあげ おかかあえ	とりにく あぶらあげ いゆ かつおだし	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな パセリ	ながねぎ だいごん じゃがいも たまねぎ ほししいだけ じゃがいも しめじ	パン さとう うどん (※コンタミネーションあり)	あぶら	843 33.1 29.7
12	月	レタスチャーハン	牛乳	(レタスチャーハンの具) 焼きギョーザ(2個) 春雨スープ	たまご ハム ぶたにく ぶたにく かつお	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな にら	ながねぎ レタス はくさい きゃべつ たまねぎ	ごはん ごまあぶら でんぶん	あぶら	763 29.3 21
13	火	ごはん	牛乳	ぶた肉のバーベキューソース えだ豆サラダ えびボールスープ	ぶたにく えび さかなのすりみ えだまめ みそ	ぎゅうにゅう	にんじん ピーマン	たまねぎ りんご じゃがいも じゃがいも はくさい もやし ほししいだけ	パン さとう あぶら ドレッシング	あぶら	789 33.3 22.3
14	水	しよくパン (いちごジャム)	牛乳	メンチカツ ジャーマンポテト トマトスープ	とりにく ぶたにく ベーコン ウィンナー	ぎゅうにゅう	にんじん トマト チンゲンサイ	たまねぎ じゃがいも	パン ジャム じゃがいも バター さとう	あぶら	836 31.3 34
15	木	ごはん	牛乳	いわしの梅煮 ぶた肉となすのみそ炒め 吉野汁	ぶたにく とりにく とうふ みそ	ぎゅうにゅう いわし	にんじん こまつな ピーマン	なす たまねぎ じゃがいも しらたき	ごはん じゃがいも ごまあぶら でんぶん	あぶら	772 35.3 21.5
16	金	むぎごはん	牛乳	チキンカレー チーズサラダ メロン	とりにく	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん	たまねぎ りんご じゃがいも メロン	パン さとう むぎごはん さとう じゃがいも	あぶら	881 28.3 27.9
19	月	ごはん	牛乳	なす入りマーボーどうふ えびシューマイ(2個) ナムル	とうふ みそ ぶたひきにく えび たら	ぎゅうにゅう	にら にんじん	なす ながねぎ たまねぎ もやし じゃがいも ほししいだけ	ごはん さとう ごまあぶら でんぶん ごま	あぶら	829 31.8 25.1
20	火	ごはん	牛乳	ぶた丼の具 じゃことやさいのあえもの かみなり汁	ぶたにく ちりめんじゃこ とうふ みそ	ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう	たまねぎ じゃがいも ごぼう まいたけ ながねぎ しらたき	ごはん さとう ごま じゃがいも ごまあぶら	あぶら	758 34.4 19.6
21	水	コッペパン (だいずチョコ)	牛乳	アスパラのクリーム煮 チキンサラダ 河内晩柑	えび ベーコン とりにく えだまめ	ぎゅうにゅう チーズ クリーム	にんじん グリーンアスパラ スキムミルク	たまねぎ マッシュルーム じゃがいも じゃがいも かわうちばんかん	パン さとう あぶら だいずチョコ ごまあぶら	あぶら	806 36.5 33.1
22	木	ごはん	牛乳	ホキの薬味ソースかけ 切り干し大根のカレー煮 とん汁	ホキ ちくわ さつまあげ みそ とうふ ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	ながねぎ だいごん ごぼう こんにゃく ざりほしだいごん	ごはん さとう ごまあぶら じゃがいも	あぶら	798 35.4 21.8
23	金	せわれコッペパン	牛乳 300ml	ミネストローネ ウィンナー わかめサラダ	ベーコン しやういんげん ウィンナー	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん トマト	たまねぎ セロリー じゃがいも コーン	パン さとう じゃがいも マカロニ	オリブオイル ごまあぶら	788 31.7 36.8
26	月	チキンライス	牛乳	(チキンライスの具) 厚焼きたまご コーンポタージュ	とりにく たまご ベーコン	ぎゅうにゅう クリーム	にんじん パセリ	たまねぎ コーン グリーンピース	ごはん さとう じゃがいも	あぶら	868 32.1 30.4
27	火	ごはん	牛乳	チンジャオロース きゅうりのピリからあえ ギョーザスープ	ぶたにく とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん ピーマン にら	だけのこ しいだけ じゃがいも はくさい もやし たまねぎ じゃがいも	ごはん さとう あぶら でんぶん ラー油	あぶら	792 33.2 21.5
28	水	まるパン	牛乳	バーガーパティトマトソース コーンサラダ コンソメスープ スライスチーズ	ぶたにく とりにく ベーコン	ぎゅうにゅう チーズ	トマト にんじん チンゲンサイ	じゃがいも じゃがいも コーン たまねぎ	パン さとう じゃがいも	あぶら	761 35.6 34.2
29	木	ごはん	牛乳	さけのねぎ焼き 上州きんぴら かきたま汁 一口洋ナシゼリー	さけ ぶたにく さつまあげ たまご とうふ	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	ごぼう たまねぎ ほししいだけ ながねぎ こんにゃく	ごはん さとう でんぶん ゼリー	あぶら	757 38.8 18
30	金	黒パン	牛乳	なすとツナのトマトスパゲティ カラフルサラダ 冷凍みかん	ツナ ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん トマト パプリカ	なす たまねぎ じゃがいも コーン みかん	パン スパゲティ さとう	あぶら	842 33.9 25

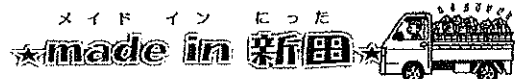
※めん類では、そばのコンタミネーションがあるかないか、※印で表示してあります。

(コンタミネーション:同じ工場内でアレルゲンを使用していて、混入の可能性のあること)

○献立は都合により変更になることがあります。 ○野菜類はすべて加熱してあります。

○給食で使うお米は太田市産米の「あさひの夢」で、牛乳も太田市産です。

○「メイドイン新田」を含む太田市産の野菜は斜め太字で表示しています。



メイドイン新田

キャベツ 久保田さん

きゅうり 高橋さん

なす 栗原さん

基準値
830
34.0
23.0