

令和8年度

6月

よていこんだてひょう



北方町給食調理場

月 1日	火 2日	水 3日	木 4日	金 5日	
★ヨーグルト ちゅうかあえ エビのチリソース むぎごはん わかめスープ	ごまあえ イカフリッター ソフトめん みそソース	けいちゃん アジのおこうじやき しろごはん ごもくじ	かじゅうグミ(学園のみ) ごぼうサラダ えだまめコロッケ コッパン ジュリエンスープ	★ももゼリー くわかめのいために とりにくのてりやき むぎごはん さわにわん	
8日 チヂミ ピビンパのぐ むぎごはん はるさめスープ	★オレンジ グリーンサラダのなぞドレッシングあえ ナン タンドリーチキン キーマカレー	10日 おかかあえ あつあげのにくみそかけ しろごはん すましじ	11日 キャベツのソテー ホキのオリーブやき くろコッパン かぼちゃスープ	12日 ★さくらんぼゼリー きんぴらごぼう とりにくのからあげ むぎごはん じゃがいものみそし	
15日 きりぼしだいこんとツナのいために サバのカレーやき むぎごはん ぶたじ	★ヨーグルト おひたし うどん シヤモフライ(こ保1 学園2) かやくうどんのし	17日 こうやどうふのもの ぶたにくのねぎみそやき しろごはん かみなりじ	18日 カラフルソテー ハンバーグのトマトソースかけ こめコバーガーパン チャウダー	【食育の日】 ★メロン ひじきとだいずのもの ささみのうめとろりかけ むぎごはん トマトいりぎふみそし	
22日 【日本の郷土料理:沖縄県】 ★シークワーサーゼリー チャンプルー むぎごはん もずくじ	★ヨーグルト さんしょくナムル ちゅうかめん はるまき しおラーメンスープ	24日 イワシのうめに しいたけそぼろどんのぐ しろごはん あかみそし	25日 ポテトサラダ ささみのレモンソース レーズンパン やさいスープ	★ミニアセロラゼリー かいそうサラダ オムレツ むぎごはん ポークカレー	
29日 ★れいとうパン ホイコーロー むぎごはん ちゅうかスープ	30日 イタリアンサラダ ソフトめん アジフリッター(こ保小1 中2) ツナマトソース	【今月の旬の食べ物】 ○じゃがいも ○たまねぎ ○アユ ○キャベツ ○にんじん ○アジ	◎牛乳は毎日つきます。 ◎こども園・保育園は、麦ごはんではなく、白ごはんです。 ◎都合により、献立を変更する場合があります。 ◎★は業者の配送となります。 ◎学校給食で使用する米・麦・一部大豆・野菜については、「学校給食地産地消推進事業」により、県・町・JAグループから補助をうけています。 ◎「学校給食地産地消推進事業」では、安全でおいしい岐阜県のお米や野菜を使った給食を食べてもらうことで、農業について学んでもらいたいと考えています。		
		【今月のふるさと食材】 こめ こむぎ ぎゅうにゅう ゆう ぶたにく ズッキーニ じゃがいも トマト たまねぎ きゅうり	未来へつながる食を考えよう		

<MEMO>



私たちが生きていく上で欠かすことのできない「食べる」こと。毎日を元気に生き生きと暮らすためには、何をどのように食べるかがとても重要です。また、これからも安心して食料を得られるように、未来へつながる「食」について考えていくことも大切です。6月は国が定める「食育月間」です。食べることをあらためて見直し、できることから取り組んでみませんか？

自分の健康のためにできること

朝ごはんを食べる習慣をつける	ゆっくり、よくかんで食べる	塩分のとり過ぎに気をつけ、「適塩」を意識する
----------------	---------------	------------------------

食の未来のためにできること

食べ物は何からできているか、どこから来るのかを知る	地域でとれたものや、環境に配慮した食品を選ぶ	食べ物の無駄をなくし、食品ロスを減らす
---------------------------	------------------------	---------------------