

SCHOOL LUNCH WARABI

6 月

和良比小の給食をご紹介します！

6 月 3 日（月）



キムチチャーハン
牛乳
春巻
春雨サンラータン
ヨーグルト

6 月 4 日（火）☆虫歯予防しようメニュー



とふのこそぼろごはん
牛乳
炒め野菜の味噌スープ
ごぼうと大豆と小魚のごまがらめ
冷凍みかん

6 月 5 日（水）★四街道市内統一献立★



ごはん
牛乳
いわしのさんが焼き
磯辺和え
塩ちゃんこ汁
はちみつレモンゼリー

6 月 6 日（木）☆運動会頑張ろうメニュー



ハニーレモントースト
牛乳
カレービーンズ
ツナポパイサラダ

6月7日（金）



ごはん
牛乳
筑前煮
納豆和え
お豆のケーキ

6月11日（火）



煮込みうどん
牛乳
レバーとポテトの変わり揚げ
キャロットケーキ

6月12日（水）



ごはん
牛乳
さめの塩麴焼き
ほうれんそうの海苔酢和え
さつまいもの豚汁
バナナ

6月13日（木）



フレンチトースト
牛乳
トマトラビオリスープ
ひじきのカラフル和え

6月14日（金）



ごはん
牛乳
鶏肉の塩から揚げ
おからのミルク煮
若布ときのこの味噌汁
甘夏

6月17日（月）★四街道中学校区
統一献立★



ごはん
牛乳
地場産ドライカレー
元気サラダ
すいか

6月18日（火）



ごはん
牛乳
麻婆豆腐
焼き餃子
野菜チップス

6月19日（水）



ごはん
牛乳
さばのタンドリー焼き
イタリアンサラダ
キャベツ豆乳スープ
オレンジ

6月20日（木）



ココア揚げパン
牛乳
肉団子スープ
マリネ風サラダ
ヨーグルト

6月21日（金）



ごはん
牛乳
キャベツメンチカツ
キャベツのサラダ
豆腐とねぎの味噌汁

6月24日（月）



ごはん
牛乳
豚肉の香り焼き
けんちん汁
ミルクくず餅

6月25日（火）



スパゲティ
あさりとほうれんそうのクリームソース
牛乳
野菜コロッケ
豚しゃぶサラダ
オレンジ

6月26日(水)



ごはん
牛乳
にしんのピリ辛煮
ツナと野菜のごま和え
豆腐汁
プリン

6月27日(木)



セルフ焼きそばパン
(パン・焼きそば)
牛乳
チリコンカン
野菜の味噌マヨネーズ和え

6月28日(金)



ひじきごはん
牛乳
高野豆腐のカップ焼き
豚汁
さくらんぼ

6月は食育月間です!

平成17(2005)年に
食育基本法が制定
されました。

毎月19日は
「食育の日」、そして
6月は「食育月間」
となっています。

健康は一生の宝物。
ご家庭でもぜひ、
普段の食生活を振り
返る機会にしてい
ただけると嬉しいです。

食育月間

かえ
ふり返ってみよう!
まいにち
毎日の
しょくせいかつ
食生活

1



あさ ひる ゆふ 朝、昼、夕の3食をしっ
かり食べていますか?

2



す 好ききらいをしないで
食べていますか?

3



できるだけ家族そろって
食卓を囲むようにしてい
ますか?

4



しょくじ じはん び あとかたづ 食事の準備や後片付けを
お子さんと一緒にされて
いますか?

5



「いただきます」「ごちそ
うさま」のあいさつを
していますか?

6



かてい ちいさ う つ 家庭や地域で受け継がれ
てきた料理を大事にして
食べていますか?

7



しょくひん か 食品を買うときには、
表示をよく見えていますか?