

学校給食センター「ウィークリーレポート」

6月6日から6月10日までの給食献立

6月6日（月曜日）



- しいとん丼
- 大豆とひじきのかき揚げ
- きゅうりとわかめの酢物
- 牛乳

6月7日（火曜日）



- コッペパン
- 焼きそば
- じゃこサラダ
- ミニトマト
- 牛乳

6月8日（水曜日）



- ご飯
- 卵とにらのスープ
- 酢豚
- みかんジュース
- 牛乳

6月9日（木曜日）



- コッペパン
- クリームシチュー
- かみかみサラダ
- さきさきチーズ
- 牛乳

6月10日（金曜日）



- カリカリ梅ご飯
- 豆腐汁
- 鰯のから揚げ
- ごま酢和え
- 牛乳

給食調理での「あんなこと」「こんなこと」

6月4日から10日は「歯と口の健康週間」で、歯や口の中の健康を見直す一週間です。丈夫な歯を保つためにはカルシウムをとることが大切です。



カルシウムは牛乳や乳製品、骨ごと食べられる小魚などにたくさん含まれています。また、大豆やいりこ、ごぼう・れんこんなど、噛みごたえのある食べ物をよく噛んで食べることも、歯を丈夫にするために大切です。

毎日の牛乳をはじめ、チーズやシチューなどの乳製品やじゃこサラダ・かみかみサラダなど噛みごたえのあるサラダが給食に出ました。

歯の健康のため、意識して噛むような献立を考えています。

つぶやき



トマトの旬の時期ってご存知ですか？

トマトの旬は夏というイメージがありますが、実は春から夏にかけての今の時期なんです。そこで、給食にもミニトマトが登場し始めます。

一つ一つ、ヘタを取り除き、痛みや傷がないか確認してから洗浄します。

1人2個で約6400個のミニトマトを4人の調理員が黙々と確認していました。

バックナンバー（過去のレポート）

[令和4年5月30日から6月3日 \(PDF : 719KB\)](#)

[令和4年5月23日から5月27日 \(PDF : 719KB\)](#)

[令和4年5月16日から5月20日 \(PDF : 649KB\)](#)

[令和4年5月2日から5月13日 \(PDF : 800KB\)](#)