

福崎町給食共同調理センター

給食予定献立表 令和6年6月

	3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)	10日(月)
こんだて	ごはん ぎゅうにゅう 肉じゃが だしまき卵 三色和え	ごはん ぎゅうにゅう たまねぎのみそ汁 いわしの梅煮 切干大根のささみ和え むらさきもチップ	ごはん ぎゅうにゅう 中華スープ ピピンバ スティックポテト	コッペパン ぎゅうにゅう コーンスープ 鶏肉のマーマレード焼き マセドアンサラダ	ごはん ぎゅうにゅう チキンカレー ドレッシング和え さくらんぼゼリー	ごはん ぎゅうにゅう ふのすまし汁 そぼろ きゅうりの酢のもの
	アレルギー物質	アレルギー物質	アレルギー物質	アレルギー物質	アレルギー物質	アレルギー物質
こんだてざいりょう	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう 乳 <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> いんげん <input type="checkbox"/> ぎゅうにく 牛 <input type="checkbox"/> あつあげ 豆 <input type="checkbox"/> 糸こんにやく <input type="checkbox"/> けずりぶし <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> しょうゆ 麦 豆 <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input checked="" type="checkbox"/> だしまきたまご 卵 麦 豆 り <input type="checkbox"/> ほうれんそう <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> もやし <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> しょうゆ 麦 豆 <input type="checkbox"/> みりん	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう 乳 <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> とうふ 豆 <input type="checkbox"/> 青ねぎ <input type="checkbox"/> あぶらあげ 豆 <input type="checkbox"/> けずりぶし <input type="checkbox"/> みそ 豆 <input type="checkbox"/> いわしのうめに 麦 豆 <input type="checkbox"/> きりぼしだいこん <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> もやし <input type="checkbox"/> ささみ 鶏 <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> しょうゆ 麦 豆 <input type="checkbox"/> りんごす <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> むらさきもチップ	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう 乳 <input type="checkbox"/> わかめ <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> とうもろこし <input type="checkbox"/> とうふ 豆 <input type="checkbox"/> 青ねぎ <input type="checkbox"/> チキンピジョン 鶏 <input type="checkbox"/> しょうゆ 麦 豆 <input type="checkbox"/> しおこしょう <input type="checkbox"/> とりがらスープ 鶏 <input type="checkbox"/> ぎゅうにく 牛 <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> にんにく <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> ほうれんそう <input type="checkbox"/> こまつな <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> もやし <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> しょうゆ 麦 豆 <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> りょうりしゆ <input type="checkbox"/> ごまあぶら ゴ <input type="checkbox"/> さつまいも <input type="checkbox"/> だいずあぶら 豆	<input type="checkbox"/> コッペパン 麦 <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう 乳 <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> しめじ <input type="checkbox"/> コーンクリーム <input type="checkbox"/> パセリ <input type="checkbox"/> とうにゅう 豆 <input type="checkbox"/> クリームポスタージュルウ 乳 麦 豆 豚 <input type="checkbox"/> コンソメ 鶏 豚 <input type="checkbox"/> しおこしょう <input type="checkbox"/> とりにく 鶏 <input type="checkbox"/> マーマレード <input type="checkbox"/> しょうゆ 麦 豆 <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> にんにく <input type="checkbox"/> りょうりしゆ <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> とうもろこし <input type="checkbox"/> アスパラガス <input type="checkbox"/> ノンエッグマヨネーズ 豆	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう 乳 <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> トマト <input type="checkbox"/> りんご 梨 <input type="checkbox"/> とりにく 鶏 <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> にんにく <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> カレールー甘口 麦 梨 <input type="checkbox"/> カレールー中辛 麦 梨 <input type="checkbox"/> とりがらスープ 鶏 <input type="checkbox"/> しおこしょう <input type="checkbox"/> きやべつ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> とうもろこし <input type="checkbox"/> しそドレッシング 麦 豆 鯖 卵 <input type="checkbox"/> さくらんぼゼリー	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう 乳 <input type="checkbox"/> だいこん <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> 青ねぎ <input type="checkbox"/> ふ <input type="checkbox"/> とうふ 麦 豆 <input type="checkbox"/> けずりぶし/こんぶ <input type="checkbox"/> しょうゆ 麦 豆 <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> ごぼう <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> いんげん <input checked="" type="checkbox"/> いらたまご 卵 麦 豆 <input type="checkbox"/> とりにく 鶏 <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> サラダあぶら/さとう <input type="checkbox"/> しょうゆ 麦 豆 <input type="checkbox"/> みりん/りょうりしゆ <input type="checkbox"/> かつおだし <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> もやし <input type="checkbox"/> わかめ <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> しょうゆ 麦 豆 <input type="checkbox"/> こめず
6月4日は虫歯予防デー、4日からの1週間は歯と口の健康週間です。今月の給食では、よくかんで食べる献立を取り入れたり、カルシウムやビタミンDなど歯を強くするのに役立つ栄養素を多く含む食品を献立に取り入れています。						

	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)	17日(月)	18日(火)
こんだて	なめし 菜飯 ぎゅうにゅう レタスのスープ 鶏肉のパーベキューソース ポテトサラダ	ごはん ぎゅうにゅう 八宝菜 コーンしゅうまい 中華サラダ	コッペパン ブルーベリージャム ぎゅうにゅう ウインナーのスープ煮 チキンカツ きやべつのドレッシング和え	ごはん ぎゅうにゅう 鶏つくねのけんちん汁 さばのみそ煮 香味和え	ごはん ぎゅうにゅう ハヤシシチュー ブレンオムレツ ミックスフルーツ	ごはん ぎゅうにゅう 春雨スープ 豚肉のしょうが焼き きやべつのツナ和え ヨーグルト
	アレルギー物質	アレルギー物質	アレルギー物質	アレルギー物質	アレルギー物質	アレルギー物質
こんだてざいりょう	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> なめしのもと <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう 乳 <input type="checkbox"/> レタス <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> わかめ <input type="checkbox"/> とうふ 豆 <input type="checkbox"/> しめじ <input type="checkbox"/> コンソメ 鶏 豚 <input type="checkbox"/> しょうゆ 麦 豆 <input type="checkbox"/> しおこしょう <input type="checkbox"/> グリルチキン 鶏 豆 <input type="checkbox"/> しょうが/にんにく <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> りんご 梨 <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> りょうりしゆ <input type="checkbox"/> しょうゆ 麦 豆 <input type="checkbox"/> ウスターソース <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> ごまドレッシング 豆 ゴ	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう 乳 <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> たけのこ <input type="checkbox"/> チンゲンサイ <input type="checkbox"/> ぶたにく 豚 <input type="checkbox"/> なたと <input type="checkbox"/> きくらげ <input type="checkbox"/> チキンピジョン 鶏 <input type="checkbox"/> とりがらスープ 鶏 <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> りょうりしゆ <input type="checkbox"/> しょうゆ 麦 豆 <input type="checkbox"/> しおこしょう <input type="checkbox"/> でんぶん <input type="checkbox"/> コーンしゅうまい 麦 豆 豚 <input type="checkbox"/> もやし <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> しめじ <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> しょうゆ 麦 豆 <input type="checkbox"/> こめず	<input type="checkbox"/> コッペパン 麦 <input type="checkbox"/> ブルーベリージャム <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう 乳 <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> ポークウインナー 豚 <input type="checkbox"/> チンゲンサイ <input type="checkbox"/> コンソメ 鶏 豚 <input type="checkbox"/> しょうゆ 麦 豆 <input type="checkbox"/> しおこしょう <input type="checkbox"/> チキンカツ 麦 豆 鶏 <input type="checkbox"/> だいずあぶら 豆 <input type="checkbox"/> きやべつ <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> とうもろこし <input type="checkbox"/> イタリアンドレッシング	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう 乳 <input type="checkbox"/> だいこん <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> ごぼう <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> ノンフライつくね 鶏 <input type="checkbox"/> とうふ 豆 <input type="checkbox"/> 青ねぎ <input type="checkbox"/> けずりぶし <input type="checkbox"/> こんぶ <input type="checkbox"/> しょうゆ 麦 豆 <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> さばのみそに 豆 鯖 <input type="checkbox"/> こまつな <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> もやし <input type="checkbox"/> たくあん 豆 <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> しょうゆ 麦 豆 <input type="checkbox"/> みりん	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう 乳 <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> しめじ <input type="checkbox"/> ぶたにく 豚 <input type="checkbox"/> トマト <input type="checkbox"/> ハヤシシチュールウ <input type="checkbox"/> 赤ワイン <input type="checkbox"/> コンソメ 鶏 豚 <input type="checkbox"/> しおこしょう <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> ウスターソース <input checked="" type="checkbox"/> ブレンオムレツ 卵 <input type="checkbox"/> みかん <input type="checkbox"/> パイナップル <input type="checkbox"/> おおうとう モモ <input type="checkbox"/> りんごゼリー 梨	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう 乳 <input type="checkbox"/> はるさめ <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> わかめ <input type="checkbox"/> とうふ 豆 <input type="checkbox"/> とうもろこし <input type="checkbox"/> チキンピジョン 鶏 <input type="checkbox"/> しょうゆ 麦 豆 <input type="checkbox"/> しおこしょう <input type="checkbox"/> とりがらスープ 鶏 <input type="checkbox"/> ぶたにく 豚 <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> しょうゆ 麦 豆 <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> りょうりしゆ <input type="checkbox"/> きやべつ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> ほうれんそう <input type="checkbox"/> まぐるあぶらづけ 豆 <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> しょうゆ 麦 豆 <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> ヨーグルト 乳
毎年6月は 毎月19日は 今年19日は「まごわやさしい」献立です。						

○赤の食品・体をつくるもの(たんぱくしつ・むきしつ) □黄の食品・熱や力のもとになるもの(たんすいかぶつ・しぼう) △緑の食品・体の調子をととのえるもの(ビタミン)

※たまごが含まれる献立名・材料に色を付けています。
 ※食材等の都合により献立が変更になる場合があります。
 ※献立表には、給食提供可能な日の全ての献立が掲載されておりますので、各学校・園における給食実施日とは異なる場合があります。
 ※厚生労働省指定のアレルギー特定原材料の表示は以下のとおりです。 卵：たまご 乳：乳 麦：小麦 蕎麦：そば ピ：落花生 B：えび 蟹：かに ア：アーモンド 鮫：あわび 飴：いか ら：いくら 乳：オレンジ
 加：カシューナッツ キ：キウイフルーツ 牛：牛肉 く：くるみ ゴ：ごま 鮭：さけ 鯖：さば 豆：大豆 鶏：鶏肉 パ：パナナ 豚：豚肉 マ：まつたけ 珪：もも 芋：やまいも り：りんご ぜ：ゼラチン
 ※アレルギー特定原材料以外で表示するものは以下の通りです。 大麦：大麦・もち麦

	19日(水)	20日(木)	21日(金)	24日(月)	25日(火)	26日(水)
こんだて	ごはん ぎゅうにゅう じゃがいものみそ汁 さわらの竜田揚げ ひじきの煮物	コッペパン ぎゅうにゅう じゃがいものポタージュ ハンバーグのケチャップソース ごぼうサラダ	ごはん ぎゅうにゅう わかめスープ かぼちゃ挽肉フライ 厚揚げチャンプルー	もちむぎごはん ふりかけ ぎゅうにゅう ビーフンスープ 白身魚フライ ひじきとツナのサラダ	ごはん ぎゅうにゅう 豚汁 あじのおろしあんかけ おかひじきの和え物	ごはん ぎゅうにゅう とうふのみそ汁 照り焼きハンバーグ ほうれん草のごま和え
アレルギー物質						
こんだてざいりょう	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="radio"/> ぎゅうにゅう 乳 <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> にんじん <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="radio"/> あぶらあげ 豆 <input type="triangle"/> えのき <input type="triangle"/> 青ねぎ <input type="radio"/> みそ <input type="checkbox"/> けずりぶし <input type="radio"/> さわらのたつたあげ 麦 豆 <input type="checkbox"/> だいずあぶら 豆 <input type="checkbox"/> ひじき <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> いんげん <input type="triangle"/> こんにやく <input type="radio"/> だいず 豆 <input type="radio"/> とりにく 鶏 <input type="checkbox"/> 白ごま ゴ <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> しょうゆ 麦 豆 <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> りょうりしゆ <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> かつおだし	<input type="checkbox"/> コッペパン 麦 <input type="radio"/> ぎゅうにゅう 乳 <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> しめじ <input type="triangle"/> パセリ <input type="checkbox"/> クリームポタージュ 乳 麦 豆 豚 <input type="radio"/> とうにゅう 豆 <input type="checkbox"/> コンソメ 鶏 豚 <input type="checkbox"/> しおこしょう <input type="radio"/> とりぶたハンバーグ 鶏 豚 <input type="checkbox"/> ケチャップ <input type="checkbox"/> とんかつソース 肉 <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> みりん <input type="triangle"/> ごぼう <input type="triangle"/> きゅうり <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> とうもろこし <input type="checkbox"/> ごまドレッシング 豆 ゴ	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="radio"/> ぎゅうにゅう 乳 <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> にんじん <input type="radio"/> わかめ <input type="triangle"/> とうもろこし <input type="triangle"/> チンゲンサイ <input type="triangle"/> チキンピジョン 鶏 <input type="triangle"/> とりがらスープ 鶏 <input type="checkbox"/> しょうゆ 麦 豆 <input type="checkbox"/> しおこしょう <input type="checkbox"/> かぼちゃひきにくフライ 麦 豆 豚 肉 <input type="checkbox"/> だいずあぶら 豆 <input type="triangle"/> きゃべつ <input type="triangle"/> こまつな <input type="triangle"/> にんじん <input type="radio"/> あつあげ 豆 <input type="radio"/> ぶたにく 豚 <input type="checkbox"/> しょうが/にんにく <input type="radio"/> みそ 豆 <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> しょうゆ 麦 豆 <input type="checkbox"/> りょうりしゆ 鶏 <input type="checkbox"/> とりがらスープ 鶏 <input type="checkbox"/> サラダあぶら	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="radio"/> もちむぎ精麦 大麦 <input type="radio"/> おかかふりかけ <input type="radio"/> ぎゅうにゅう 乳 <input type="checkbox"/> ビーフン <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> えのき <input type="radio"/> とうふ 豆 <input type="triangle"/> 青ねぎ <input type="checkbox"/> ラーメンスープ 麦 豆 ゴ <input type="checkbox"/> しょうゆ 麦 豆 <input type="checkbox"/> しおこしょう <input type="checkbox"/> しろみぎかなフライ 麦 豆 <input type="checkbox"/> だいずあぶら 豆 <input type="checkbox"/> ひじき <input type="radio"/> まぐるあぶらづけ 豆 <input type="triangle"/> きゅうり <input type="triangle"/> とうもろこし <input type="triangle"/> にんじん <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> しょうゆ 麦 豆 <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> こめず <input type="checkbox"/> ごまあぶら ゴ	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="radio"/> ぎゅうにゅう 乳 <input type="radio"/> ぶたにく 豚 <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> りょうりしゆ <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> ごぼう <input type="radio"/> あぶらあげ 豆 <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> 青ねぎ <input type="radio"/> みそ 豆 <input type="checkbox"/> けずりぶし <input type="radio"/> あじ <input type="triangle"/> だいこん <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> しょうゆ 麦 豆 <input type="checkbox"/> みりん <input type="triangle"/> おかひじき <input type="triangle"/> きゃべつ <input type="triangle"/> にんじん <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> しょうゆ 麦 豆 <input type="checkbox"/> みりん	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="radio"/> ぎゅうにゅう 乳 <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> にんじん <input type="radio"/> とうふ 豆 <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="radio"/> あぶらあげ 豆 <input type="triangle"/> 青ねぎ <input type="radio"/> みそ 豆 <input type="checkbox"/> けずりぶし <input type="radio"/> とうふ入りハンバーグ 豆 鶏 豚 <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> しょうゆ 麦 豆 <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> りょうりしゆ <input type="checkbox"/> コーンスターチ <input type="triangle"/> ほうれんそう <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> もやし <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> しょうゆ 麦 豆 <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> 白ごま ゴ

	27日(木)	28日(金)
こんだて	コッペパン ぎゅうにゅう(小中)ミルメーク ほうれん草と卵のスープ チキンピーズ マカロニサラダ	ごはん ぎゅうにゅう マーボー豆腐 鶏肉と枝豆のきゃべつ揚げ 春雨サラダ
アレルギー物質		
こんだてざいりょう	<input type="checkbox"/> コッペパン 麦 <input type="radio"/> ぎゅうにゅう 乳 <input type="checkbox"/> (小中)ミルメークココア 豆 <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> ほうれんそう <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="triangle"/> えのき <input type="radio"/> たまご 卵 <input type="checkbox"/> コンソメ 鶏 豚 <input type="checkbox"/> しおこしょう <input type="checkbox"/> しょうゆ 麦 豆 <input type="checkbox"/> でんぶん <input type="radio"/> とりにく 鶏 <input type="radio"/> だいず 豆 <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> にんじん <input type="checkbox"/> ケチャップ/赤ワイン <input type="triangle"/> トマト <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> りょうりしゆ/みりん <input type="checkbox"/> とりがらスープ 鶏 <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> しょうゆ 麦 豆 <input type="checkbox"/> マカロニ 麦 <input type="triangle"/> きゅうり/とうもろこし <input type="triangle"/> にんじん/アスパラガス <input type="checkbox"/> ノンエッグマヨネーズ 豆 <input type="checkbox"/> しょうゆ 麦 豆	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="radio"/> ぎゅうにゅう 乳 <input type="radio"/> ぶたにく 豚 <input type="checkbox"/> しょうが/にんにく <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="radio"/> とうふ 豆 <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> たけのこ <input type="triangle"/> ほししいたけ <input type="triangle"/> 白ねぎ/青ねぎ <input type="radio"/> 赤みそ 豆 <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> しょうゆ 麦 豆 <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> とりがらスープ 鶏 <input type="checkbox"/> でんぶん <input type="checkbox"/> ごまあぶら ゴ <input type="radio"/> 鶏肉と枝豆のきゃべつ揚げ 麦 豆 鶏 <input type="checkbox"/> だいずあぶら 豆 <input type="checkbox"/> はるさめ <input type="triangle"/> きゅうり <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> もやし <input type="triangle"/> とうもろこし <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> しょうゆ 麦 豆 <input type="checkbox"/> こめず

6月4日から10日は「歯と口の健康週間」です。しっかりとむと、よく味わうことができ、食べ物の消化・吸収もよくなります。将来にわたっておいしく食べるために歯と口の健康を保ちましょう。

かむことの効用

弥生時代の牽弥呼の食事はとてもかたい食べ物が多かったといわれています。よくかむことの効用は「ひみこのはがいぜ」で覚えましょう。

歯を強くする
カルシウムが多い食品

牛乳、ヨーグルト、納豆、小魚、ごまつな

食後の歯みがき

食後は、なるべく早く歯をみがきましょう。その理由は、むし歯をつくる細菌が多量に含まれる歯垢と口の中に残る糖質を取り除くためです。歯みがきをしないまましていると、歯垢中の細菌によって糖質が分解され酸が産生されて歯の表面がとけ出し、むし歯になります。早めの歯みがきでむし歯を予防しましょう。

給食の主な材料について、使用予定の産地を福崎町ホームページで公開しています。こちらも合わせてご覧ください。

今日の福崎町産野菜

こまつな たまねぎ きゃべつ
じゃがいも ほうれんそう だいず

〈学校食事研究会「よく噛む」8大効用〉

○赤の食品・・・体をつくるもの(たんぱく質・むきしつ) □黄の食品・・・熱や力のもとになるもの(たんすいかぶつ・しぼう) △緑の食品・・・体の調子をととのえるもの(ビタミン)

※たまごが含まれる献立名・材料に色を付けています。

※食材等の都合により献立が変更になる場合があります。

※献立表には、給食提供可能な日の全ての献立が掲載されておりますので、各学校・園における給食実施日とは異なる場合があります。

※厚生労働省指定のアレルギー特定原材料の表示は以下のとおりです。 卵：たまご 乳：乳 麦：小麦 蕎麦：そば ピ：落花生 E：えび 蟹：かに ア：アーモンド 鮑：あわび 飴：いか ら：いくら 乳：オレンジ

※アレルギー特定原材料以外で表示するものは以下の通りです。 大麦：大麦・もち麦