



\* 今月の目標 \*

～楽しく給食をたべよう！～

天童市学校給食センター

日	曜	献立名	きいろの食品 熱や力になる		あかの食品 血や肉や骨になる		みどりの食品 からだの調子をととのえる	kcal	備考
1	水	クリームスープ てりやきチキンパティ イタリアンサラダ チョコ行	パン ホワイトルウ じゃがいも チョコパテ ドレッシング パンこ	牛乳 ベーコン とりにく	たまねぎ にんじん マッシュルーム キャベツ ブロッコリー とうもろこし		679 824		
2	木	あかみずのみそしる いかフリッター とりごぼしめし	ごはん じゃがいも あぶら こむぎこ	あぶらあげ とうふ とりにく みそ 牛乳 むきまめ いか	あかみず にんじん ごぼう こんにゃく たけのこ		719 895	虫歯予防 テ献立	
3	金	ラッキーカレー やまがたとんかつ バスラボサラダ セリー	むぎごはん じゃがいも あぶら パンこ オリーブゆ カレー ルウ デザート	牛乳 ぶたにく だいたず	にんにく たまねぎ にんじん グリーンピース きゅうり ブロッコリー アスパラガス あかピーマン クリスタル		743 915	バスラボ 応援献立	
6	月	ほそたけしる ささまき きなこ だしこんぼいのにつけ	ごはん ささまき あぶら ごま	牛乳 あつあげ みそ きなこ ちくわ あぶらあげ	なめし たけのこ こまつな ねぎ にんじん こんにゃく きりほしだいこん あおな		604 711	食文化給食 (さなぶり)	
7	火	ハヤシライス かぼちゃチーズクロック こんにゃくサラダ	ごはん あぶら じゃがいも パンこ ハヤシルウ ドレッシング	牛乳 かいそう ぶたにく チーズ	にんにく たまねぎ にんじん マッシュルーム グリーンピース キャベツ かぼちゃ こんにゃく		670 830		
8	水	スープ えびしんじょきょうづつみ ゆかりあえ	こめこソフトめん こむぎこ でんぶん	牛乳 とりにく あぶらあげ たまご えび	ほししいたけ ささごぼう ねぎ にんじん キャベツ こまつな もやし しそ		626 769		
9	木	おまめのスープ ハンバーグトマトに ポパイサラダ	ごはん パンこ だいたず ひよこまめ ぶたにく ツナ	牛乳 ベーコン だいたず ひよこまめ ぶたにく ツナ	ブロッコリー セロリ キャベツ レモン にんじん たまねぎ トマト もやし ほれんそう あかピーマン とうもろこし		625 743		
10	金	ふのみそしる たこメンチ きりこんぶそぼろに	ごはん やきふ さとう でんぶん パンこ こむぎこ あぶら	牛乳 あぶらあげ みそ たら たこ こんぶ ぶたにく むきまめ	たまねぎ こまつな にんじん こんにゃく キャベツ ほししいたけ		679 824		
13	月	すましじる さわらうめみそやき ごもくきんぴら	ごはん さわら さつまあげ みそ ぶたにく	牛乳 なたと とうふ さわら さつまあげ みそ ぶたにく	たけのこ しめじ ねぎ うめ こんにゃく ごぼう にんじん		590 710		
14	火	やさしみそスープ ショウロンポウ おかかあえ	ごはん じゃがいも でんぶん ごまあぶら こむぎこ	牛乳 ベーコン みそ ぶたにく とりにく かまぼこ かつおぶし	たまねぎ キャベツ にんじん ブロッコリー もやし		621 714		
15	水	にくじゃが さばのみそに からしあえ	ごはん じゃがいも でんぶん さとう	牛乳 ぶたにく ちくわ むきまめ さば こうやとうふ みそ	たまねぎ にんじん こんにゃく ほうれんそう もやし からし		619 756		
16	木	おづけ フヨーハイ とりにくのさっぱり	ごはん じゃがいも でんぶん あぶら さとう	牛乳 あぶらあげ みそ たまご とりにく むきまめ	ゆきのした なす たけのこ にんにく ごぼう だいこん ほししいたけ こんにゃく にんじん		659 795		
17	金	めかぶのみそしる とんどん さくらんぼ	ごはん さとう	牛乳 とうふ なたと みそ ぶたにく むきまめ めかぶ	だいこん ねぎ こんにゃく たけのこ たまねぎ にんじん さくらんぼ		581 698		
20	月	ワントンスープ なっとう パンパンジー	ごはん ワンタン ごまあぶら さとう	牛乳 ぶたにく なっとう とりにく	ほししいたけ たけのこ キャベツ ねぎ きゅうり もやし あかピーマン		601 705		
21	火	いもだんごじる まぐろわふうカツ ふきのにつけ	ごはん いももち パンこ こむぎこ あぶら やきふ	牛乳 とりにく あぶらあげ みそ まぐろ さつまあげ	ほししいたけ だいこん にんじん ねぎ こんにゃく ふき にんじん		691 816	夏至献立	
22	水	とりにくちゅうか パンクキカップグラタン ひじきサラダ	ちゅうかめん てんかす こむぎこ ドレッシング	牛乳 とりにく なたと かまぼこ ひじき	ごぼう ねぎ にんじん かぼちゃ もやし とうもろこし キャベツ		621 778		
23	木	じゃがいもみそしる チーズインハンバーグ ちゅうかあえ	ごはん じゃがいも やきふ パンこ	牛乳 あぶらあげ みそ とりにく チーズ くらげ わかめ	たまねぎ ねぎ もやし きゅうり		632 755		
24	金	たまなじる とりにくガーリックやき フレンチサラダ ひじきのり	ごはん ドレッシング	牛乳 あぶらあげ みそ とりにく ひじきのり	キャベツ しめじ にんじん にんにく ブロッコリー きゅうり あかピーマン とうもろこし		605 714		
27	月	とりにくたまごのこむぎ いかフライ ハリハリあえ	ごはん パンこ こむぎ こ あぶら さとう	牛乳 とりにく むきまめ いか ツナ こんぶ	ほししいたけ ごぼう こんにゃく だいこん にんじん きゅうり		624 768	かみかみ 献立	
28	火	わかめスープ ドライカレー ちゅうだまトマト	ごはん ごまあぶら あぶら カレーこ カレー ルウ	牛乳 とうふ ベーコン ぶたにく だいたず わかめ	もやし ねぎ にんにく ごぼう たまねぎ にんじん とうもろこし ちゅうだまトマト		592 709		
29	水	ポトフ ケチャップオムレツ ツナサラダ	くろパン じゃがいも でんぶん ドレッシング	牛乳 とりにく たまご ツナ	たまねぎ にんじん だいこん ブロッコリー もやし とうもろこし		686 859		
30	木	とんじる いわしうめしょうゆに アーモンドあえ	ごはん じゃがいも でんぶん	牛乳 ぶたにく あぶらあげ みそ いわし	ごぼう だいこん こんにゃく にんじん ねぎ うめ ほうれんそう もやし		633 763		

(お知らせ) 4月25日(金)~5月20日(金)の給食(提供食)の放射線物質検査結果は、ヨウ素 セシウムともに不検出です。詳しくはホームページをご覧ください。また、ホームページでは、食材の産地とおすすめレシピ(写真つき)も掲載しています。ぜひご覧ください。  
 (天童市学校給食センターホームページアドレス: <http://www.city.tendo.yamagata.jp>)

# 給食だより

## 6月の目標 楽しく給食を食べよう!

梅雨の季節がやってきました。雨が降ってじめじめするこの季節、なんだか気分がすっきりしないと感<sup>かん</sup>じることも多いのではないのでしょうか? 給食では皆さんの気持<sup>きもち</sup>ちが晴れるような楽しい献立を計画しています。



### 2日 虫歯予防デー献立

歯は一生使い続けるものです。給食を食べながら歯の健康を考えてみましょう。

### 3日 パスラボ応援献立

パスラボを応援したいという思いがこもった献立になっています。皆で勝利を願いましょう!

### 6日 食文化給食(さなぶり)

さなぶりとは、田植えの終わりに田の神様を送るお祭りです。食の文化を感じてもらえたら嬉しいです。

### 21日 夏至献立

夏至は一年で一番昼の時間が長い日をいい、この日を過ぎると本格的な夏が始まるとされています。しっかり食べて暑さに備えましょう。

### 27日 かみかみ献立

かみこたえのある献立の日です。よくかむことは虫歯予防にもつながりますよ!



気温や湿度が高くなるこの季節は、細菌が食べ物の中で増えやすくなり、食中毒を引き起こす原因になってしまいます。3つの約束を心がけ、食中毒を予防しましょう。

食中毒  
予防の

キ  
ホ  
ン

