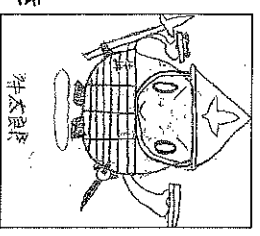


6月食材料シター

球磨村学校給食共同調理場 H29.6.



ちゅんと言おう 『いだだきます』と『ちそうさま』
すききらいせずに のこさず食べよう 学校きゅうしよく
赤・黄・緑 体を守る スーパーヒーロー

渡小學校 一勝地小學校 球磨中學校	5年(旧) 2年(旧) 1年(旧)	久米 馬場 那良	佑紀 ふうぎ 渉太
-------------------------	-------------------------	----------------	-----------------

渡小1年(旧)
遠原悠斗さんの作品

月		火		水		木		金	
こんだて		左にごはん・パン 右に大きいおかず 奥に小さいおかず				ハンバーグ		アーモンドサラダ	
今月は、 健康週間 （たんぱく質・カルシウム） 体（血・肉・骨）をつくる ものになる エネルギーのもとになる （炭水化物・脂肪） 体の調子を整えるものになる （ビタミン） アレルギーのある人のために どの料理にどれくらい量の食品が 入っているか書いてあります。						1 ハンバーグ ほうれん草のソテー ミルカパン 野菜スープ		2 アーモンドサラダ ハヤシライス	
きょく 食べると、 おなかをすくすく とやわらかくします。 （しゅも・カミカミ和え きびなご・カレー・味付け うまめ、めん...）						3 ハンバーグ きゅうにゅう ベーコン ミルカパン たまねぎ にんにく キヤベツ えのき バセリ コーン ほうれんそう えだまめ		4 アーモンドサラダ きゅうにゅう ぎゅうにゅう ハム さけ てんぷら たまねぎ にんにく ワツシエール エリンギ グリンピース にんにく キヤベツ きゅうり	
5 しゅも 牛乳 五色和え		6 マーボー春雨 牛乳 ほうれん草 人参		7 カミカミ和え 牛乳 南蛮揚げ きゅうり		8 ツナサラダ 牛乳 ツナ カレーうどん		9 ぎゅうにゅう あけ 牛乳 きゅうり たまねぎ	
こんだて ごはん お味噌汁 きゅうり		ごはん お味噌汁 きゅうり		ごはん お味噌汁 きゅうり		ごはん お味噌汁 きゅうり		ごはん お味噌汁 きゅうり	
エネルギー 723kcal たんぱく質 26.6g		エネルギー 664kcal たんぱく質 27.8g		エネルギー 648kcal たんぱく質 25.1g		エネルギー 629kcal たんぱく質 27.7g		エネルギー 643kcal たんぱく質 27.7g	
エネルギー 723kcal たんぱく質 26.6g		エネルギー 664kcal たんぱく質 27.8g		エネルギー 648kcal たんぱく質 25.1g		エネルギー 629kcal たんぱく質 27.7g		エネルギー 643kcal たんぱく質 27.7g	

6月には食育月間です

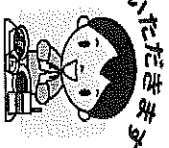
「食」に²ついて
見²る²直²接²会²に²して
お²て²は²い²か²が²さ²し²て



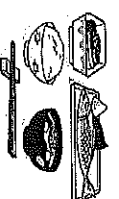
家族で金卓を囲み
コミュニケーションを
とりましょう



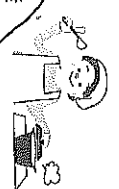
はせね ぼやぢ
早寝・早起・
朝ごはんを
いっせん
実践しましゅう



た もの
食べ物を
大切にしましょ



バウンスがとれた
 ことについて
 考えてみたい



安心・安全な
食品を選ぶ力を
身につけよう