



6月給食だより



	曜	行事	献立名
3	月		牛乳、焼きそば、小型パン、餃子、白菜ともやしのごま和え、アシドミルク
4	火	定期考査時間割発表	【カミカミ献立】 牛乳、麦ごはん、ししゃものから揚げ、切干大根のナッツサラダ、豆腐とわかめの味噌汁、果汁グミ
5	水	校内生活体験発表会	牛乳、和風ピラフ、南瓜コロッケ、マンナンサラダ、肉団子入りスープ
6	木		牛乳、麦ごはん、鯖の味噌のせ焼き、いんげんのごま和え、こんにゃくのきんぴら、玉ねぎとわかめのすまし汁、オレンジ
7	金		牛乳、麦ごはん、豚肉の生姜焼き、マカロニサラダ、具たくさん味噌汁
10	月	2時間授業 帰宅確認	牛乳、麦ごはん、秋刀魚のみぞれ煮、和風サラダ、高野豆腐の含め煮、なめこの味噌汁、ヨーグルト
11	火	前期中間考査 (~14日)	牛乳、ナッツそばろごはん、ちくわの磯辺揚げ、昆布和え、糸かまぼこのすまし汁、西瓜
12	水		牛乳、麦ごはん、豚肉のあんがらめ、干草和え、じゃが芋のうま煮、玉ねぎとしめじの味噌汁
13	木		牛乳、麦ごはん、厚揚げの肉味噌がけ、南瓜サラダ、きんぴらごぼう、麩のすまし汁、オレンジ
14	金		牛乳、麦ごはん、鶏肉のから揚げ、磯香和え、切干大根の煮物、じゃが芋とキャベツの味噌汁
17	月		牛乳、麦ごはん、鰯の梅煮、かおり和え、里芋のひき肉あんかけ、大根と油揚げの味噌汁 メロン
18	火		牛乳、米粉パン、ジャム、ハンバーグ、カラフルサラダ、野菜スープ
19	水	食育の日	【岐阜のふるさと献立】 牛乳、麦ごはん、鮎のおろしかけ、ピーナッツ和え、夏豚汁、ぎふだももゼリー
20	木		牛乳、麦ごはん、プルコギ、ナムル、わかめスープ、りんご
21	金	スポーツ大会	牛乳、サーモンピラフ、ミニオムレツ、ビーフンサラダ、キャベツとベーコンのスープ
24	月		牛乳、麦ごはん、鶏肉の照り焼き、ごま酢和え、ひじきの甘辛炒め、南瓜としめじの味噌汁
25	火		牛乳、ポークカレー、大根サラダ、オレンジ
26	水	進路ガイダンス (全学年)	牛乳、麦ごはん、鰯の竜田揚げ、ゆかり和え、五目きんぴら、じゃが芋とわかめの味噌汁、りんご
27	木		牛乳、冷やし中華、春巻き、じゃが芋の含め煮、グレープフルーツ
28	金		牛乳、麦ごはん、白身魚のフリッター、グリーンサラダ、チキンビーンズ



【岐阜県定時制高校給食目標】 よく噛んで食べましょう

大垣商業高等学校定時制
給食予定日数：20日

6/4~6/10

歯・口の病気を防ぐ食生活のポイント

歯と口の健康週間

<p>よくかんで食べる</p> <p>かみごたえのある食べ物を取り入れましょう。</p>	<p>おやつは時間と量を決めて食べる</p> <p>ダラダラと食べたり飲んだりするのはやめましょう。</p>	<p>食べたらしっかり歯をみがく</p> <p>フッ化物配合歯みがき剤やデンタルフロスを使うと、より効果的です。</p>	<p>栄養バランスの良い食事を心がける</p> <p>規則正しい食習慣が、健康な歯と口をつくります。</p>
---	---	---	---

- ・献立は都合により変更することがあります。
- ・学校給食に使われる県産農産物には、JAグループ、市町村、及び県による助成が行われています。
- ・「学校給食地産地消推進事業」は学校給食において県産農産物を積極的に活用することを通じて、少年期からの食農教育を推進することを目的としています。
- ・お米は、岐阜県産「はつしも」「こしひかり」を使用しています。
- ・給食には毎回、牛乳がつきます。

毎年6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」
「食べる力」=「生きる力」を育みましょう

食育とは...
(食育基本法・前文より)

- 生きる上での基本であって、知育・徳育および体育の基礎となるべきもの
- さまざまな経験を通して「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てること