



6月給食だより



	曜	行事	献立名
2	月		牛乳、焼きそば、小型パン、餃子、オニオンスープ、アシドミルク
3	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、玉ねぎと麴の味噌汁、果汁グミ
4	水	校内生活体験発表会	牛乳、ハヤシライス、焼きウインナー、ツナサラダ
5	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、豆腐のすまし汁
6	金		牛乳、麦ごはん、豚肉の生姜焼き、カラフルサラダ、具だくさん味噌汁
9	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、なすの味噌汁、りんご
10	火	前期中間考査 (~13日)	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
11	水		牛乳、ナッツそばろごはん、ちくわの磯辺揚げ、人参しりしり、糸かまぼこのすまし汁
12	木		牛乳、麦ごはん、ホキのチーズ焼き、かぼちゃサラダ、れんこんのきんぴら、コンソメスープ
13	金		牛乳、麦ごはん、鶏肉のから揚げ、磯香和え、ジャーマンポテト、キャベツの味噌汁
16	月		牛乳、麦ごはん、鰯の蒲焼き、かおり和え、里芋のひき肉あんかけ、あおさの味噌汁
17	火		牛乳、麦ごはん、ブルコギ、ナムル、わかめスープ、オレンジ
18	水		牛乳、米粉パン、チョコレート、てりやきハンバーグ、マカロニサラダ、コーンスープ、冷凍ヨーグルト
19	木	食育の日	【岐阜のふるさと献立】 牛乳、麦ごはん、鮎のおろし煮、ピーナッツ和え、夏豚汁、ぎふだもりんごゼリー
20	金	スポーツ大会	牛乳、和風ピラフ、いかフリッター、中華和え、肉団子入りスープ
23	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
24	火		牛乳、サーモンピラフ、ビーフンサラダ、キャベツとベーコンのスープ、パイナップル
25	水	進路ガイダンス (全学年)	牛乳、冷やし中華、春巻き、じゃが芋の含め煮
26	木		牛乳、麦ごはん、白身魚のフリッター、グリーンサラダ、ポークビーンズ
27	金		牛乳、麦ごはん、鰯の竜田揚げ、れんこんサラダ、五目きんぴら、じゃが芋とわかめの味噌汁
30	月		牛乳、中華飯、しゅうまい、わかめサラダ、フルーツポンチ

【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:21日

健康な体づくりはよくかむことから!

食事(しょくじ)をゆっくりよくかんで、味わって(あじわって)食べていますか? よくかむことは、食べ物本来の味がわかっておいしく感じられるだけでなく、虫歯(むしば)や肥満(ひまん)を防ぐことにつながるなど、健康づくりの第一歩です。6月4日~10日は「歯と口の健康週間」(いしとくちのけんこうしゅうかん)です。食べる時はよくかむことを意識(いしぎ)して、食べた後はしっかり歯を磨き、健康な歯と口を保ちましょう。

「よくかむ」ことで得られる効果



- ・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、牛乳が付きまます。

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じて「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