



# 6月 給食だより



曜	行事	献立名
1	月	牛乳、麦ごはん、豚の生姜焼き、和風サラダ、豆腐の味噌汁
2	火	牛乳、ハヤシライス、オムレツ、海藻サラダ
3	水	定期考査時間割発表 牛乳、麦ごはん、秋刀魚のみぞれ煮、もやしとコーンの胡麻酢和え、玉ねぎと豆腐の味噌汁
4	木	校内生活体験発表会 【かみかみ献立】 牛乳、麦ごはん、鯛の梅煮、切干大根のナッツサラダ、大根とえのきの味噌汁、果汁グミ
5	金	牛乳、麦ごはん、チキン南蛮、五目きんぴら、ほうれん草の胡麻和え、彩味噌汁
8	月	牛乳、麦ごはん、鶏肉のから揚げ、和風サラダ、人参しりしり、玉ねぎとじゃがいもの味噌汁
9	火	牛乳、麦ごはん、厚揚げの肉味噌がけ、干草和え、肉団子入りスープ
10	水	2時間授業 帰宅確認 牛乳、麦ごはん、鮭のレモン蒸し、ポパイサラダ、トマトと卵のスープ
11	木	前期中間考査 (~16日) 牛乳、麦ごはん、豚肉のあんがらめ、ブロッコリーのおかか和え、玉ねぎと豆腐の味噌汁
12	金	牛乳、ナッツそばごはん、高野豆腐の含め煮、野菜のスープ、プルーン
15	月	牛乳、小型パン、焼きそば、しゅうまい、バンサンスー、中華風卵スープ
16	火	牛乳、麦ごはん、鯛の蒲焼、かおり和え、じゃがいものそぼろ煮、あおさの味噌汁
17	水	牛乳、麦ごはん、ブルコギ、ナムル、わかめスープ、パイン
18	木	進路ガイダンス (全学年) 牛乳、麦ごはん、肉じゃが、グリーンサラダ、豆腐とえのきの味噌汁
19	金	食育の日 【岐阜のふるさと献立】 牛乳、麦ごはん、鮎の南蛮漬、もやしの五目ごま和え、夏豚汁、ぎふだもんももゼリー
22	月	牛乳、麦ごはん、麻婆豆腐、切干大根と小松菜のごま和え、わかめスープ
23	火	牛乳、麦ごはん、鯖の味噌マヨ焼き、春雨サラダ、レタススープ
24	水	牛乳、ジャージャー麺、餃子、もやしのピリ辛和え、甘夏
25	木	牛乳、枝豆ごはん、ししゃもの磯部揚げ、角麩の含め煮、ツナサラダ、すまし汁
26	金	スポーツ大会 牛乳、麦ごはん、酢豚、もうやしのナムル、豆腐とニラのスープ
29	月	牛乳、食パン、チリコンカン、温野菜サラダ、野菜スープ
30	火	牛乳、麦ごはん、鶏肉のさっぱり煮、ひじきの甘辛炒め、玉ねぎと豆腐の味噌汁

## 未来へつながる「食」を考えよう

私たちが生きていく上で欠かすことのできない「食べる」こと。毎日を元気に生き生きと暮らすためには、何をどのように食べるかがとても重要です。また、これからも安心して食料を得られるように、未来へつながる「食」について考えていくことも大切です。6月は国が定める「食育月間」です。食べることをあらためて見直し、できることから取り組んでみませんか？



大垣商業高等学校定  
時制  
給食予定日数:22日

【岐阜県定時制高校給食目標】  
よく噛んで食べましょう

### 自分の健康のためにできること

<p>朝ごはんを食べる習慣をつける</p>	<p>ゆっくり、よくかんで食べる</p>	<p>塩分のとり過ぎに気をつけ、「適塩」を意識する</p>
-----------------------	----------------------	-------------------------------

### 食の未来のためにできること

<p>食べ物が何からできているか、どこから来るのかを知る</p>	<p>地域でとれたものや、環境に配慮した食品を選ぶ</p>	<p>食べ物の無駄をなくし、食品ロスを減らす</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」等を使用しています。
- ・給食には毎回、牛乳がつかます。