

日 曜	こんだて			食 品 名			熱量 (kcal)	たん白質 (g)
	主食	牛乳	おかず	働く力や熱になる食品	血や骨や肉になる食品	体の調子を整える食品		
15 月	こどもパン スライス	○	ABCマカロニスープ ハンバーグのデミグラスソースかけ	こどもパン、アルファ ベットマカロニ、米 油、きびぎとう	牛乳、鶏小間、ハンバーグ	にんじん、たまねぎ、こんにゃく、 マッシュルーム、キャベツ、ほうれ んそう、さやいんげん、セロリ	563 763	25.0 33.3
16 火	ミルクパン	○	ニョッキ入り豆乳コーンポタージュ オムレツのマッシュルームソースかけ ●ケーキ	ミルクパン、ポテト ニョッキ、米油、きび ぎとう、ケーキ	牛乳、ベーコン、豆乳、プ レーンオムレツ	たまねぎ、にんじん、ホールコーン、 コーンペースト、クリームコーン、 パセリ、生姜、マッシュルーム	636 713	20.5 23.1
17 水	クロワッサン	○	ソース焼きそば ポークシューマイ (小学2個・中学3個)	クロワッサン、米油、 蒸し中華麺	牛乳、豚小間、白ちくわ、 なると、あおのり、ポーク シューマイ	にんじん、たまねぎ、もやし、 キャベツ	618 815	23.4 29.9
18 木	食パン オランダ給食 	○	エルテンスープ～えんどう豆のスープ～ ローストポーク	食パン、米油、きびぎ とう、水あめ	牛乳、鶏小間、ウイン ナー、豚切り身	たまねぎ、にんじん、セロリ、え んどう豆、キャベツ、パセリ、生 姜、にんにく、アップルソース	568 713	28.8 35.3
19 金	ピタパン	○	チリコンカン風スープ ココロかつおのマヨソース和え	ピタパン、米油、きび ぎとう、卵不使用マヨ ネーズ	牛乳、豚ひき肉、大豆、か つお角切り濃粉付き	にんにく、たまねぎ、にんじん、な す、ピーマン、マッシュルーム、トマ トピューレー、レモン果汁	591 728	33.7 41.8
22 月	黒パン	リ ジ ユ ー ス	グヤーシュ～パプリカスープ～ ラントット・チルケ ～手作りチキンカツ～	黒パン、米油、じゃが いも、小麦粉、パン粉	豚もも角切り肉、鶏切り身	りんごジュース、にんにく、にん じん、たまねぎ、セロリ、ホール トマト、ピーマン、パプリカ、生 姜	580 764	20.7 27.4
23 火	麦ごはん	○	みんなのキーマカレー 厚焼きたまご	麦ごはん、米油、でん 粉	牛乳、鶏ひき肉(むね)、 ひよこ豆、厚焼きたまご	にんにく、たまねぎ、にんじん、 ピーマン、ホールトマト、セロリ	711 912	27.0 33.4
24 水	埼玉産 地粉うどん	○	きつねうどん汁 ちくわの元気揚げ (小学1個・中学2個) ●桃ゼリー	地粉うどん、米油、黒 ごとう、小麦粉、ひな まつりゼリー	牛乳、豚小間、油揚げ、な ると、カットちくわ	たまねぎ、長ねぎ、ほうれんそ う、にんじん、パセリ	638 823	24.1 31.7
25 木	ソフト フランスパン	○	まめまめグリーンポタージュ 照りマヨチキン	ソフトフランスパン、 米油、じゃがいも、で ん粉、きびぎとう、卵 不使用マヨネーズ	牛乳、鶏小間、豆乳、鶏切 り身	たまねぎ、にんじん、ホールコー ン、えだ豆、えだ豆ペースト、パ セリ、セロリ、キャベツ、にんに く	588 741	30.4 37.0
26 金	ごはん	○	じゃが豚キムチ カレイのおろしソースかけ	ごはん、米油、じゃが いも、きびぎとう、で ん粉	牛乳、豚小間、カレイでん 粉付き	生姜、にんじん、たまねぎ、しら たき、はくさいキムチ、ニラ、だ いこん	660 808	27.3 33.4
29 月	コッペパン	○	トマトとレタスのスープ コーンフライ ★卓上ソース	コッペパン、米油	牛乳、鶏小間	トマト、レタス、たまねぎ、マッ シュルーム、こんにゃく、セロ リ、コーンフライ	522 694	21.3 26.9
30 火	ごはん	○	豚肉と大根のみそ煮 めばるの白醤油焼き	ごはん、米油、きびぎ とう	牛乳、豚小間、厚揚げ、赤 みそ、めばるの白醤油漬	にんじん、だいこん、こんにゃ く、さやいんげん	584 715	28.7 34.7
12回	※献立は諸事情により変更が生じることもあります。 ★印は、クラスに1本ずつ配ります。●印は、学校直送です。 今月使用予定の三芳町でとれた食品は、太字で記載してあります。			給食時間の安全確保のため、学校生活や給食に慣れる まで(6月中)は、献立内容を一部制限しています。			平均栄養量 766	25.9 32.3
				基準栄養量			650 830	26.0 34.0

給食だより 給食が始まります

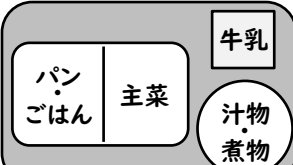
新型コロナウイルス感染症の影響による臨時休業が明け、学校生活が始まりました。新1年生は初めての学校生活に、進級したみなさんは今までとは変わった学校生活に、少しずつ慣れてきましたか？
さあ、6月15日からは給食が始まります。食事のマナーや学校で教わるルールを守り、安全においしく食事をいただきます。みなさんが元気に学校生活を送れるよう、給食センター一同、安心・安全に留意し、心を込めておいしい給食を作っていきます。1年間よろしくお願いたします。

学校給食費(6月分) 口座振替日は6月30日(火)です。
☆給食費はすべて食材費です。ご理解ご協力をお願いします。

三芳の安全対策


配膳の手間を減らし、感染リスクを減らします

- ◎給食が始まる最初の週(15日～19日)は、個包装の主食(パン)を提供します。
- ◎6月中は、副菜を提供しません。
その分、汁物・煮物に入れる具材の量を増やします。
- ◎6月中は、ごはん茶わんを提供しません。
いつもは副菜を盛り付けるスペースによそってください。



6月18日(木)は **MIYOSHI** オリンピアード 給食

三芳町はオランダのホストタウン。オランダで人気の家庭料理を給食メニューにしました。
☆オランダ人の平均身長は世界一!☆
みなさんも、オランダ給食を食べて大きくなりましょう!



オランダの民族衣装

- 学校教育の一環として行われる“学校給食”には7つの目標があります。
1. 成長期にふさわしい栄養で健康づくり
 2. 食事の大切さを知り、良い食べ方を学ぶ
 3. マナーを守り、助け合って楽しく食べる
 4. 自然が育む命の恵みに感謝する
 5. 食を通してつながる様々な人々への感謝
 6. 国や各地域に伝わる優れた食文化の理解
 7. 食べ物を通して社会の仕組みを学ぶ

より詳しい情報はHPへ




様々な情報がご覧いただけます。

- *食材産地・放射線物質測定結果
- *献立予定表(給食の写真)
- *家庭向け給食レシピ集 など

携帯電話でQRコードを読み取るとアクセスできます。

三芳町の給食の特色



- 手作り給食で家庭的に**
シチューのルーや料理のソースを手作りしています。カツやから揚げも1つ1つ衣をつけて揚げています。
- 安全な食品**
合成添加物は極力避け、安心・安全なものを使用しています。ハム・ウインナー類、練り製品、冷凍食品、野菜・果物等、可能な限り国産の食品を使用しています。
- 天然出汁で味覚を育てる**
厚削り節、昆布、鶏ガラなどで毎日出汁をとっています。
- 献立に季節感を**
旬の野菜や果物・魚を使用し、季節感のある献立を心がけています。
- 和食献立を**
ごはんを主食とし、和食である煮物や和え物、魚料理などを取り入れ、伝統食を伝えます。
- 地元の野菜を使用**
三芳産の新鮮な野菜を使用することで、旬のおいしさを知り、郷土への愛着と生産者への理解が深まるようにしています。
さつまいも、里芋、かぶ、にんじん、小松菜、ごぼう、ほうれん草、だいこん、水菜、えだまめ、白菜、モロヘイヤ、チンゲン菜、じゃがいも など

けんこうなからだ