

きゅう しょく

給食だより

6

月

千鳥小学校

梅雨の季節がやってきました。この時期は、蒸し暑さを感じる日もあり、体調をくずしやすくなります。給食をしっかりと食べて、暑さに負けない元気な体を作りましょう。

今月の献立から

【新献立】

☆ 10日（火） 肉みそうどん

甘辛い肉みそをうどんにつけて食べる、食べごたえのある献立です。
夏に旬を迎える「なす」を使用しています。



☆ 20日（金） ツナとえだまめのソテー

夏に旬を迎える「えだまめ」を使用した献立です。「えだまめ」の他にも、「ツナ」「にんじん」「キャベツ」を使用しており、いろどりの良いおかずです。



【ふるさと献立】 ～ふるさと名古屋（愛知）の食べ物を知ろう～

☆ 23日（月） 魚フライ（にぎす）

三河湾で水揚げされた「にぎす」を使っています。

☆ 25日（水） どてどんぶり

郷土料理である「どて煮」をごはんにかけて食べます。

ふるさと献立は、名古屋や愛知にちなんだ様々な特産物や季節の変化、人々の生活と結びついた料理を取り上げた献立です。この地域に脈々と受け継がれる食文化を紹介することを通して、郷土に対する愛着と理解を深めていくためのものです。

【希望に応じた献立】

☆ 12日（木） さくらんぼ4粒 通常の献立に追加されます。

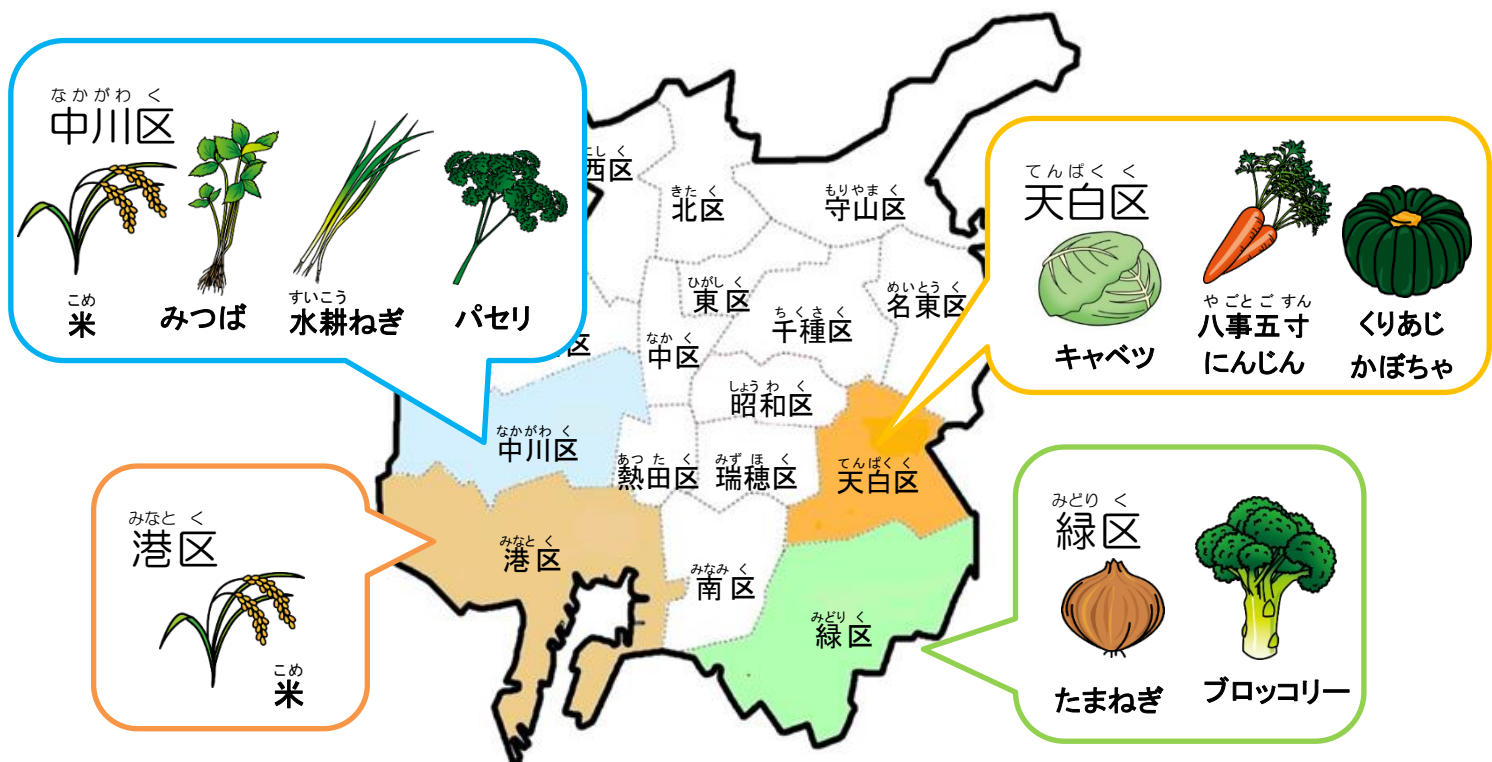
【ごはんの減量について】

6月から9月は、精白米の使用量が10gずつ減量になります。（カレーの献立やハヤシシチュー、ビーフストロガノフは減量になりません。）

ちさんちしょう <地産地消について知ろう>

「**地産地消**」とは**地元**で**生産**された作物を**地元**で**消費**する
という取り組みのことです。

名古屋市で作られている米と野菜



地産地消のよいところ

新鮮なうちに
食べることができる

生産者を身近に
感じられ安心できる

輸送にかかるエネルギーが
少なく環境にやさしい



ごはん
牛乳

献立表の日にちの下にマークのある日は、名古屋市の野菜や
米を給食で使っていることを示しています。