

2(月)

ごはん
チンジャオロース
ビーフンスープ
ぎゅうにゅう

3(火)

コッペパン
とりにくの
ガーリックやき
にんじんのグラッセ
ポテト
ウインナーのスープ
ブルーベリージャム
(配慮食はりんごジャム)
ぎゅうにゅう

4(水)

ゆかりごはん
にくじゃが
あおさのみそしる
ぎゅうにゅう

5(木)

★神奈川産品デー★
ごはん
けんさんめかじきと
じゃがいものあまからに
こまつなのすましじる
ぎゅうにゅう

6(金)

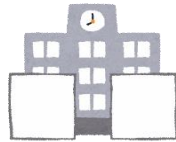
にくみそスパゲティ
グリーンサラダ
ぎゅうにゅう
うめゼリー

9(月)

カレーピラフ
トマトスープ
ぎゅうにゅう
ヨーグルト

10(火)

かいこう きねんび
開校記念日



11(水)

★入梅★
ごはん
とりにくのうめやき
さやいんげんの
いためもの
とうにゅうみそしる
ぎゅうにゅう

12(木)

ぶどうパン
さかなのムニエル
トマトソース
とりささみと
やさいのスープ
ぎゅうにゅう

13(金)

ごはん
ジャーチャンドウフ
ワントンスープ
ぎゅうにゅう

16(月)

ごはん
マーボーナス
チンゲンさいの
スープ
ぎゅうにゅう

17(火)

こめこロールパン
とりにくのトマトに
やさいの
クリームスープ
ぎゅうにゅう

18(水)

ごはん
さかなの
ごまみそやき
キャベツの
わふういため
ぼっかけじる
ぎゅうにゅう

19(木)

スパゲティボンゴレ
キャベツスープ
ぎゅうにゅう
レモンヨーグルト

20(金)

ごはん
とりにくのからあげ
ゆでブロッコリー
ぐだくさんみそしる
ぎゅうにゅう

23(月)

なすいり
ミートスパゲティ
しょうがいり
コンソメスープ
ぎゅうにゅう
メロンゼリー

24(火)

ごはん
とりにくの
かんこくふうグリル
チャプチェ
とうふの
ちゅうかふうスープ
ぎゅうにゅう

25(水)

ごはん
ぶたにくの
しょうがやき
やさいの
そくせきづけ
なめこのみそしる
ぎゅうにゅう

26(木)

ロールパン
さかなのピザふう
やさいと
ベーコンのスープ
ぎゅうにゅう

27(金)

中学部3年
リクエスト
メニュー

30(月)

★夏越の祓★
ツナそぼろどん
りきゅうじる
ぎゅうにゅう
みなづき

6月11日(水) 入梅

入梅は暦の上での梅雨入りです。昔は
由緒の日に決めるために重要とされてい
ました。入梅は決まった行事食はなく、旬の
食べ物か親しまれています。この時期はちよ
うと梅の実が熟し始める頃なので、この日
の給食は梅(梅干し)を使った料理にしまし
た。蒸し暑さで食欲が低下しがちですが、
旬の食べ物食べて乗り切りましょう。

6月18日(水) ぼっかけ汁

「ぼっかけ」は福井県で100年以上前か
ら食べられている、具だくさんの熱い汁をご
飯にかけて食べる郷土料理です。アツアツ
の汁をご飯にぶっかけ(ぼっかける)ことか
ら、「ぼっかけ」と呼ばれるようになったとい
う説があります。給食ではスープ椀で提供
しますが、ご飯に「ぼっかけ」で食べるのに
も挑戦してみてくださいね。

6月30日(月) 水無月

白いういろの上にお豆がのった三角形
の和菓子です。1年の折り返しに当たる6月
30日に「夏越の祓」という、1年の半分の
邪気を払い、残り半年間の無病息災を祈る
行事があります。京都府ではこの日に「永
無月」を食べる風習があります。あずきは塵
よけ、三角形は暑さを払う「求」のかけらを表
しています。食べて暑さに負けないように願
いましょう!

食事をゆっくりよくかんで、味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、虫歯や肥満を防ぐこと
につながるなど、健康づくりの第一歩です。食べるときはよくかむことを意識し
て、食べた後はしっかりと歯を磨き、健康な歯と口を保ちましょう!



きゅうしょく
よていこんだて
かまぐらしえんがっこう

6月