

6月分 給食こんだて



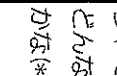
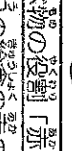
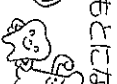
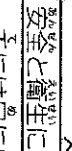
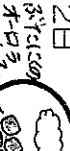
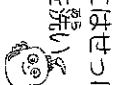
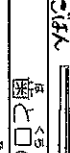
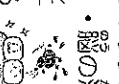
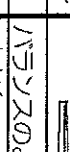
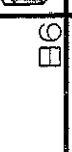
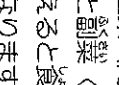
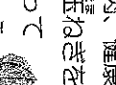
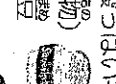
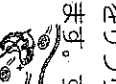
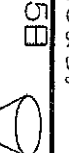
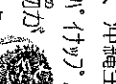
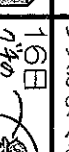
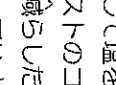
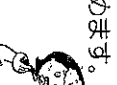
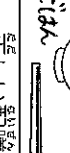
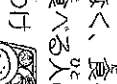
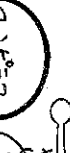
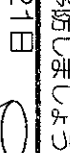
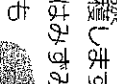
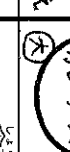
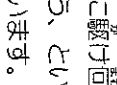
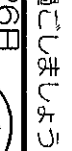
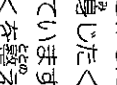
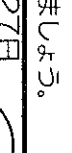
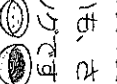
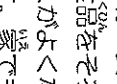
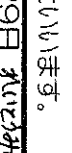
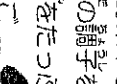
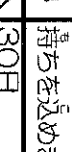
にいまへるHP



にいまへる紹介動画

令和5年

新見市学校給食センター にいまへる

月	火	水	木	金
☆お知らせ☆ 6月から、にいまへるの給食レシピを『にいま食育 公式SNS』に掲載していきます。ぜひ参考にしてみてくださいね！ facebook Instagram 	☆哲西の米粉パン☆ それぞれの学校で、年2回、給食に出ます。 <1回目> 6月13日：新見南小 新見南中 新見南高 6月27日：草間台小 本郷小 新見川 若多中 	☆図書とのコラボ給食☆ ★14匹のかぼちゃ★ 「これはかぼちゃの種、いのちのつばだよ。」ねずみのおじいさんがそういって、家族で種まきをします。大事に育てて、収穫して、実ったかぼちゃでバーナーを開きます。どんなかぼちゃ料理があるのかな(*^v^*) 	1日  ☆食への役割「赤の食品」☆ 今日の給食の赤の食品は、とうふ、豚肉、みそ、牛乳です。体をつくるものになります。 	2日  ☆食への役割「緑の食品」☆ 緑の食品は、野菜やきのこ、果物で、体の調子を整えます。緑の食品をたっぷりと食べ、元気に過ごしましょう。 
5日  ☆歯と口の健康☆ 6月4日～10日は『歯と口の健康週間』です。食べ物や食べ方に気を付けて、笑える歯にしましょう。 	6日  ☆歯と口の健康☆ よくかんで食べると体によい働きがたかくさんあります。・おし歯予防・脳の活性化・食べすぎ防止・消化を助ける 	7日  ☆歯と口の健康☆ 今日の給食には、牛乳や乳製品、小魚、小松菜など、カルシウムの多い食べ物とたくさん使っています。 	8日  ☆歯と口の健康☆ 笑える歯をつくるために、カルシウムやたんぱく質、ビタミンDが豊富な食べ物をバランスよく食べましょう。 	9日  ☆食への役割「赤の食品」☆ 今日の給食の赤の食品は、とうふ、豚肉、みそ、牛乳です。体をつくるものになります。 
12日  ☆産地直銷「にいまの白」☆ 今日の給食には、新見市産の米、半量牛肉、健康の殺菌菌で作られた玉ねぎを使っています。味わっていただきますよう。 	13日  ☆世界の食卓「ドイツの料理」☆ ★ツアツカハット・イェ生まれです。★ザラツカハット・イェハット（ヤハットの漬けた物）★ツアツカハット・イェハット・イェハット・イェハット 	14日  ☆生活習慣病予防の食卓「青魚」☆ 鯖、鰯、秋刀魚などの青の魚は、血液をサラサラにする働きがあります。すずんで食べて病気を予防しましょう。 	15日  ☆全国めくろ「沖縄県」☆ カラハハ、タラの鼻をこはんのせた料理で、沖縄生まれです。沖縄には「カラハハ」や「カサ」など、果物がたくさんあります。 	16日  ☆生活習慣病予防の食卓「減塩」☆ 今日の給食では、カリー粉や酢を利用して塩を減らしたり、豆ペーストのコクを利用してみそを減らしたりなど、減塩を工夫しています。 
19日  ☆朝食の役割☆ 朝食を食べると、頭・体・おなかがいっぱいめまします。バランスよく食べて、1日を元気に過ごしましょう。 	20日  ☆正しい配膳と盛りつけ☆ 美しく配膳すると見た目が美しいだけでなく、食べやすくなります。食べる人のことを考えて盛りつけましょう。 	21日  ☆図書給食☆ 『14匹のかぼちゃ』の絵本に出てくるメニューが給食に登場します。★コロツク★プリン 	22日  ☆季節を味わう料理☆ じゃがいもは、雪見に植付け、6月頃に収穫します。収穫したてのものはみずみずしく、新じゃがいもといえます。 	23日  ☆食への役割「黄の食品」☆ 今日の給食の黄の食品は、パン、じゃがいも、さとう、油、ドレッシングです。エネルギーのもとになります。 
26日  ☆食への役割「黄の食品」☆ 今日の給食の黄の食品は、パン、じゃがいも、さとう、油、ドレッシングです。エネルギーのもとになります。 	27日  ☆食への役割「黄の食品」☆ 今日の給食の黄の食品は、パン、じゃがいも、さとう、油、ドレッシングです。エネルギーのもとになります。 	28日  ☆食への役割「黄の食品」☆ 今日の給食の黄の食品は、パン、じゃがいも、さとう、油、ドレッシングです。エネルギーのもとになります。 	29日  ☆食への役割「緑の食品」☆ 緑の食品は、野菜やきのこ、果物で、体の調子を整えます。緑の食品をたっぷりと食べ、元気に過ごしましょう。 	30日  ☆食への役割「黄の食品」☆ 今日の給食の黄の食品は、パン、じゃがいも、さとう、油、ドレッシングです。エネルギーのもとになります。 