



平成29年6月分中学校給食献立表



岸和田市教育委員会
岸和田市学校給食会

毎月19日は「食育の日」、そして6月は「食育月間」です。「食育」とは、生きていくために大切な「食べる」ことについてみんなで考えていこうというものです。

英語のことわざに“You are what you eat.”(あなたは、あなたが食べたものである)があります。体や心の健康は、毎日何をどう食べたかで決まるという意味です。今月は、食べることの大切さをあらためて考えてみましょう。

☆食べる楽しみや喜びをあらためて感じてみよう！

☆食べ物のことをよく知ろう！

☆栄養のバランスについて考えよう！

☆ふるさとの食、伝統の食を未来に伝えよう！

など、みんなが健康で、いきいきと暮らせるようになりたいものですね。

月		火		水		木		金	
5	●【牛乳】	6	●【牛乳】	7	●【牛乳】	8	●【牛乳】	9	●【牛乳】
12	●【牛乳】	13	●【牛乳】	14	●【牛乳】	15	●【牛乳】	16	●【飲むヨーグルト】
19	●【牛乳】	20	●【牛乳】	21	●【牛乳】	22	●【牛乳】	23	●【牛乳】
26	●【牛乳】	27	●【牛乳】	28	●【牛乳】	29	●【牛乳】	30	●【牛乳】

全校期末テストのため給食はありません

◇年間目標◇
感謝の気持ちで、協力して
楽しい給食時間にしよう

◇月間目標◇
衛生的な食事について
考えよう

文部科学省 摂取基準	今月の平均
エネルギー (キロカロリー)	820 / 761
たんぱく質 (グラム)	18~32 / 27.7
脂質 (パーセント)	摂取エネルギー 全体の25~30 / 25.0

※やむをえない事情により内容を変更する場合があります。ご了承ください。
※混合だしとは、煮干しいわし・あじ、さば節、かつお節、昆布、しいたけを使用したものです。