

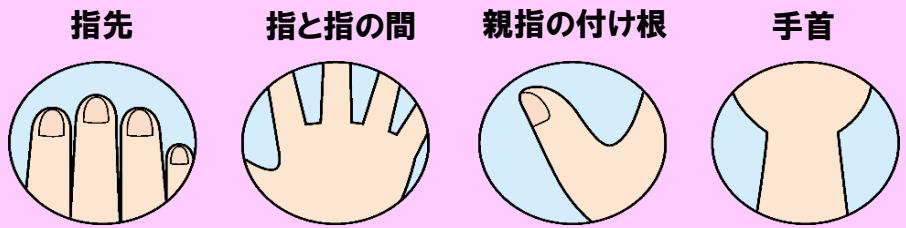
今月の給食目標

衛生に気をつけよう

6月に入ると蒸し暑い日が続く、食中毒の原因となるカビや細菌などの微生物が増えやすくなるため、衛生面に特に気を配る必要があります。ていねいな手洗いや清潔な身支度をして、食中毒を予防しましょう。

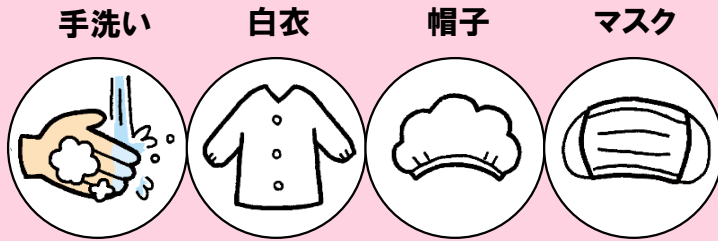
手洗いで食中毒予防!

手には見えないよごれがたくさんついています。せっけんを泡立てて、洗い残しやすいところは特にていねいに洗い、清潔なハンカチでふきましょう。



身支度を整えよう!

きれいな白衣と帽子を身に付けていますか？マスクは鼻から口までしっかりおおいましょう。



今月の食塩摂取量
小学校:1食平均1.8g
中学校:1食平均2.1g



給食では、地場産物（ふくやまSUN・福山市内産・広島県内産）をできるだけ使用します。（材料欄の太字で書いてある材料が地場産物です。天候等により使用できない場合もあります。）



←給食レシピ等ははこちらから

福山市 学校給食 検索

新型コロナウイルス感染症対策として、配膳過程での感染リスクを減らすため、6月1日～5日は、通常よりも献立を大幅に変更しています。また、6月8日以降についても、配慮した献立を提供します。

今月の献立 ※ぎゅうにゅうは、毎日あります

日 (曜)	こんだてめい B班校 (中央ブロック)	主な材料			調味料・だし等	エネルギー 100kcal
		(き) 主に熱や力になるもの	(あか) 主に血や肉になるもの	(みどり) 主に体の調子を 整えるもの		
1 (月)	ごはん みそしる	ごはん じゃがいも	ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ ちゅうみそ	にんじん たまねぎ しめじ こまつな	だしiriこ	463
2 (火)	ごはん ワンスープ	ごはん ワントンめん	ぎゅうにゅう とりにく	にんじん たまねぎ もやし ほししいたけ チンゲンサイ	うすくちしょうゆ しお こしょう だしiriこ	469
3 (水)	パン ポトフ	パン じゃがいも	ぎゅうにゅう とりにく	にんじん たまねぎ キャベツ パセリ	しお こしょう とりがらスープ	491
4 (木)	ごはん ゆかりふりかけ ぶたじる	ごはん じゃがいも あぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく ちゅうみそ	にんじん たまねぎ ごぼう ねぎ こんにゃく	だしiriこ	485
5 (金)	ごはん けんちんじる こんぶつくだに	ごはん あぶら	ぎゅうにゅう こんぶつくだに とうふ とりにく あぶらあげ	にんじん たまねぎ ごぼう こんにゃく ねぎ	しょうゆ だしiriこ	502
8 (月)	ごはん あじつけのり とりにくのさっぱり ビーフンスープ	ごはん さとう じゃがいも あぶら かたくりこ ビーフン	ぎゅうにゅう とりにく うずらたまご ぶたにく あじつけのり	しょうが にんにく たまねぎ にんじん もやし さやいんげん ほししいたけ チンゲンサイ	さけ みりん す しょうゆ しお うすくちしょうゆ とりがらスープ	617
9 (火)	ごはん だいずのいそに しらすとこまつなのあえもの	ごはん じゃがいも あぶら さとう しろごま	ぎゅうにゅう だいず とりにく あつあげ ひじき こんぶ しらすぼし	にんじん たまねぎ こんにゃく こまつな もやし さやいんげん	みりん しょうゆ す	591
10 (水)	こくとうパン フィッシュアンドチップス ミネストローネ 	こくとうパン かたくりこ あぶら マカロニ フライドポテト ひよこまめ	ぎゅうにゅう ホキ パーコン	にんじん マッシュルーム たまねぎ トマト	さけ しお こしょう しょうゆ とりがらスープ	690

日 (曜)	こんだてめい B班校 (中央ブロック)	主 な 材 料			調味料・だし等	E礼ギ- キカカリ-
		(き) 主に熱や力になるもの	(あか) 主に血や肉になるもの	(みどり) 主に体の調子を 整えるもの		
11 (木)	ごはん チンジャオロウスー ちゅうかふうツナポテト アーモンドいりこ	ごはん さとう しろごま かたくりこ あぶら じゃがいも ごまあぶら アーモンドいりこ	ぎゅうにゅう ぶたにく まぐろあぶらづけ	しょうが たまねぎ にんじん たけのこ ピーマン キャベツ とうもろこし	しょうゆ す オイスターソース しお こしょう トウバンジャン	621
12 (金)	ひろしまなぞぼろどんぶり わふうワンタン ブルーベリーゼリー	むぎごはん さとう ワンタンめん ゼリー(てつぶん)	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく	ひろしまなづけ しょうが たまねぎ にんじん もやし チンゲンサイ ほししいたけ	さけ しょうゆ みりん しお うすくちしょうゆ こしょう だしいりこ	588
15 (月)	ごはん マーボー豆腐 きゅうりのちゅうかふうづけ	ごはん さとう ごまあぶら かたくりこ くろごま	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく あかみそ ロースハム	にんじん たまねぎ ほししいたけ ねぎ きゅうり しょうが にんにく	しょうゆ トウバンジャン しお す	606
16 (火)	ごはん さばのソースに ぶたじる 	ごはん さとう あぶら じゃがいも	ぎゅうにゅう さば ぶたにく ちゅうみそ あぶらあげ <small>神石産使</small>	しょうが たまねぎ にんじん ごぼう こんにゃく ねぎ	しょうゆ ウスターソース さけ だしいりこ	596
17 (水)	こがたパン アスパラとトマトのスパゲティ かいそうサラダ ヨーグルト 	パン スパゲティ オリーブオイル さとう あぶら	ぎゅうにゅう ベーコン かいそうミックス ヨーグルト	グリーンアスパラガス トマト たまねぎ にんにく きゅうり キャベツ にんじん	しお こしょう バジリコ しょうゆ す	613
18 (木)	ごはん ぶたにくとキャベツの しょうがいため にらたまじる	ごはん さとう じゃがいも かたくりこ あぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく たまご とりにく	キャベツ たまねぎ にんじん しょうが にら えのきだけ	しょうゆ しお さけ みりん こしょう だしいりこ	607
19 (金)	まめまめドライカレー ごぼうサラダ	ごはん さとう あぶら ひよこまめ	ぎゅうにゅう ぶたにく だいす まぐろあぶらづけ	えだまめ たまねぎ にんじん にんにく ごぼう きゅうり	カレーこ ケチャップ しお トンカツソース す こしょう	599
22 (月)	ごはん ちくぜんに はりはりづけ	ごはん さとう じゃがいも あぶら	ぎゅうにゅう とりにく まめちくわ しらすぼし しおこんぶ	ごぼう にんじん こんにゃく たけのこ きゅうり さやいんげん きりぼしだいこん	みりん しお しょうゆ す うすくちしょうゆ	587
23 (火)	ごはん さわらのピンゴソースかけ とうふじる	ごはん かたくりこ あぶら	ぎゅうにゅう さわら とうふ わかめ あぶらあげ	にんじん たまねぎ しめじ ねぎ	さけ ピンゴソース しょうゆ しお うすくちしょうゆ だしいりこ	621
24 (水)	ピタパン ハンバーグの ケチャップソースかけ コーンポタージュスープ むらさきいもチップス	ピタパン さとう じゃがいも むらさきいもチップス	ぎゅうにゅう ハンバーグ ベーコン	たまねぎ にんじん キャベツ しめじ エリンギ とうもろこし	クリームポタージュ しお こしょう ウスターソース ケチャップ	570
25 (木)	おやこどんぶり こまつなサラダ  	ごはん さとう あぶら	ぎゅうにゅう とりにく たまご ロースハム ひじき	たまねぎ にんじん ほししいたけ ねぎ こまつな もやし とうもろこし	みりん しお す しょうゆ からし うすくちしょうゆ だしこんぶ けずりぶし	592
26 (金)	むぎごはん あつあげのみそいため たこときゅうりのすのもの	むぎごはん はるさめ あぶら さとう ごまあぶら かたくりこ	ぎゅうにゅう あつあげ ぶたにく ちゅうみそ たこ わかめ	にんじん たまねぎ たけのこ キャベツ しょうが にんにく きゅうり ほししいたけ	しょうゆ みりん しお す うすくちしょうゆ	622
29 (月)	ごはん くれのにくじゃが  ガステんのあえもの	ごはん さとう じゃがいも あぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく ガステん	たまねぎ きゅうり こんにゃく もやし にんじん	しょうゆ みりん しお す うすくちしょうゆ	594
30 (火)	ごはん アスパラいりメンチカツ みそしる 	ごはん あぶら 	ぎゅうにゅう メンチカツ とうふ あぶらあげ ちゅうみそ しろみそ	にんじん たまねぎ しめじ ねぎ	だしいりこ	586