

今月の給食目標

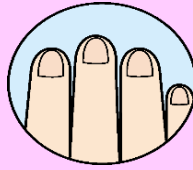
衛生に気をつけよう

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。

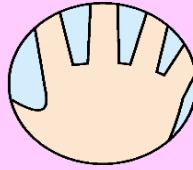
手洗いで食中毒予防!

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。

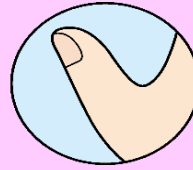
指先



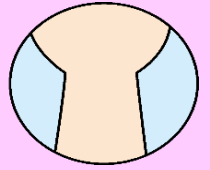
指と指の間



親指の付け根



手首



身支度を整えよう!

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

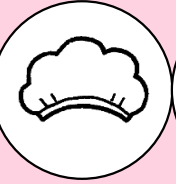
手洗い



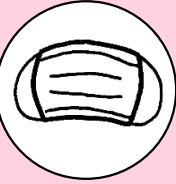
白衣



帽子



マスク



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 C班校 (北東ブロック)	主 な 材 料			調味料・だし等	エネルギー 和カロリー
		(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	だしいりこ	(小)463 (中)584
2 (火)	ごはん ワントンスープ	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 だしいりこ	(小)469 (中)591
3 (水)	ごはん けんちんじる	ごはん あぶら	ぎゅうにゅう 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 だしいりこ	(小)484 (中)609
4 (木)	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	(小)491 (中)643
5 (金)	ごはん 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	だしいりこ	(小)483 (中)610
8 (月)	ごはん マーボーとうふ 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	(小)606 (中)755
9 (火)	ごはん ひじきのりつくだに【中学校】 ちくぜんに はりはりづけ	ごはん じゃがいも あぶら さとう	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 ひじきのり	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	(小)587 (中)744
10 (水)	ごはん かいせんチャプチェ もやしのナムル アーモンドいりこ	ごはん さとう あぶら はるさめ しろごま ごまあぶら アーモンドいりこ	ぎゅうにゅう えび いか ぶたにく	しょうが にんにく たまねぎ にんじん たけのこ きゅうり ほししいたけ もやし チンゲンサイ	しょうゆ さけ トウバンジャン ガーリック	(小)607 (中)752

「早寝・早起き・朝ごはん」 「地場産物を食卓に」

日 (曜)	こんだてめい C班校 (北東ブロック)	主 な 材 料			調味料・だし等	エネルギー - キカロリ-
		(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)	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 ベーコン	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	(小)690 (中)899
12 (金)	むぎごはん だいずのいそに しらすとこまつなのあえもの 北東ブロック献立 	むぎ ごはん じゃがいも あぶら さとう しろごま 神石産使用	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	(小)615 (中)775
15 (月)	ごはん チンジャオロウスー ちゅうかふうツナポテト 	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	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	(小)582 (中)727
16 (火)	ごはん あじのたつたあげ みそしる 	ごはん かたくりこ あぶら	ぎゅうにゅう あじ とうふ あぶらあげ ちゅうみそ しろみそ	しょうが にんじん たまねぎ しめじ ねぎ	しょうゆ だしいりこ	(小)581 (中)726
17 (水)	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	(小)592 (中)737
18 (木)	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【小学校】 プリン【中学校】 	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 プリン(カルシウム)	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	(小)613 (中)752
19 (金)	ごはん あじつけのり あつあげのみそいため たこときゅうりのすのもの 	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 あじつけのり	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	(小)605 (中)753
22 (月)	ひろしまなそぼろどんぶり わふうワンタン ブルーベリーゼリー 	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	(小)564 (中)700
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 わかめ とうふ あぶらあげ	にんじん たまねぎ しめじ ねぎ	さけ だしいりこ ピンゴソース しょうゆ しお うすくちしょうゆ	(小)621 (中)774
24 (水)	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	(小)607 (中)758
25 (木)	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 むらさきもチップス 	ピタパン さとう じゃがいも むらさきもチップス	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	(小)570 (中)687
26 (金)	まめまめドライカレー ごぼうサラダ 	むぎ ごはん さとう あぶら ひよこまめ	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず 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	(小)623 (中)779
29 (月)	ごはん くれのにくじゃが ガステんのあえもの  広島の郷土料理	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	(小)594 (中)740
30 (火)	ごはん さばのソースに ぶたじる  北東ブロック献立	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	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	(小)596 (中)744

「早寝・早起き・朝ごはん」 「地場産物を食卓に」