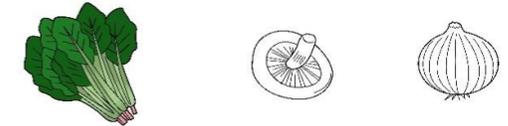


# 令和7年 6月 こんだてひょう

高山市学校給食久々野センター

## 今月の久々野産食材



ほうれんそう    しいたけ    たまねぎ

毎月19日は食育の日です。  
おうちでも「食べる」ことを話題にしてみましょう。



かみかみメニュー



久々野産の食材を使用しています。

月	火	水	木	金
<b>2 小学給食なし</b> もやしのいちみあえてづくりはるまき 牛乳 むぎごはん    みそワザン	<b>3 中学1年なし</b> ブロッコリーサラダ ポテトのピザふう 牛乳 くらパン    キャベツとにくだんこのスープ	<b>4 中学1年なし</b> つぼづけあえ    牛乳 さくらんぼゼリー    とりそぼろ    どんのぐ むぎごはん(センターすいはん)    いなかじる	<b>5</b> おちやファイ    牛乳 ソフトめん    はなやさい    トソース    サラダ	<b>6</b> ごもくきんぴら    牛乳 ニジマスのあげに むぎごはん    かきたまじる
<b>9</b> キャベツのうめかつおあえ    牛乳 こちや豆腐とぶたにくのあげに むぎごはん    かぼちやのみそしる	<b>10</b> グリーン    牛乳 サラダ    ポークチャップ いちごジャム こめこいり    ふわふわ    コッペパン    スープ	<b>11</b> ごまあえ    牛乳 とりにくのしょうがやき きのごごはん    とうふじる	<b>12</b> まめサラダ    牛乳 あげぼのパン カレーうどん	<b>13</b> ひじきのもの    牛乳 さばのトウバンジャン    やき オレンジ むぎごはん    なめこじる
<b>16</b> きりばしだいこんのにつけ    牛乳 とりにくのレモンに むぎごはん    こまつなのみそしる	<b>17</b> コールスロー    牛乳 サラダ    しろみさかな    フライ スライスチーズ しょうパン    ポークビーンズ	<b>18</b> あげぎょうぎ(小2、中3)    牛乳 かじゅうゲミ ごもくチャーハン    ちゅうかスープ	<b>19 中学給食なし</b> だいずとこぎかなのあげに    牛乳 ソフトめん    だいこん    だしからソース    サラダ	<b>20</b> ブロッコリーのおかあえ    牛乳 さけのみそマヨネーズやき むぎごはん    のっぺいじる
<b>23</b> いそかあえ    牛乳 つくねとポテトのあげに むぎごはん    だいずのへんしんじる	<b>24</b> ひじきのカレーいため    牛乳 チキンのハーブ    パンこやき コッペパン    ミネストローネ	<b>25</b> こまつなサラダ    牛乳 てりやき    ハンバーグ むぎごはん    わふうポトフ	<b>26</b> ほうれん草のこまドレッシング    牛乳 むしシュウマイ(小2、中3) みそラーメン	<b>27</b> こんにやくのどしきあえ    牛乳 あじのうめみそやき むぎごはん    こんさいじる
<b>30</b> チキンカツ    牛乳 ポークカレー(むぎごはん)    かいそうサラダ	<h3>食べ物と歯の関係について知ろう</h3> <p>6月旬の食材                      じゃがいも    たまねぎ                      アスパラガス    きゅうり    など                      給食にも登場します。</p>			

※高山市では、給食の食材にかかる費用の1/3を市が助成しています。  
 ※学校給食は「学校給食地産地消推進事業」により、県・市町村・JAグループの一部助成を受けています。  
 ※牛乳は毎日つきます。農林水産省の一部助成を受けています。  
 ※食材の購入等により献立が変更になることがあります。  
 ※学校給食の栄養量の基準  
 エネルギー：小学校 650kcal  
                   中学校 830kcal  
 塩分：小学校 2.0g  
                   中学校 2.5g

**よくかんで、味わって食べよう!**

6月4日から10日は「歯と口の健康週間」です

6月4日からの1週間は、厚生労働省、文部科学省、日本歯科医師会、日本学校歯科医会が実施する「歯と口の健康週間」です。食事をおいしく食べて、健康な体をつくるには、歯と口が健康でなくてはなりません。丈夫で健康な歯と口を保つために、日頃からよくかんで食べる習慣をつけましょう。

～かみごたえのある食べ物～  
給食にも登場します

