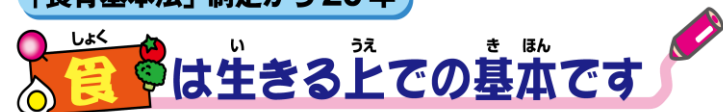


令和7年度



新温泉町学校給食センター Tel 0796-82-1397

「食育基本法」制定から20年



世界有数の長寿国である日本ですが、栄養の偏りや不規則な食事による生活習慣病の増加をはじめ、食の安全上の問題、海外への食の依存など、さまざまな問題を抱えています。そこで、「国民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育む」ことなどを目的に、平成17(2005)年6月に「食育基本法」が制定され、国を挙げて「食育」に取り組むことになりました。食育基本法の制定から今年で20年となりますが、食をめぐる新たな問題も生じており、より一層「食育」を推進していく必要があります。



毎年6月は食育月間・毎月19日は食育の日

家庭では、こんなことに取り組んでみませんか？

◆早寝・早起き・朝ごはん、規則正しい生活リズムを身につけましょう



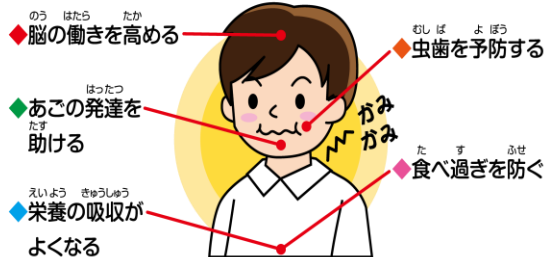
◆家族みんなで食卓を囲み、食事を楽しみましょう



健康な体づくりはよくかむことから！

食事をゆっくりよくかんで、味わって食べていますか？ よくかむことは、食べ物本来の味がわかっておいしく感じられるだけでなく、虫歯や肥満を防ぐことにつながるなど、健康づくりの第一歩です。6月4日～10日は「歯と口の健康週間」です。食べるときはよくかむことを意識して、食べた後はしっかり歯を磨き、健康な歯と口を保ちましょう。

「よくかむ」ことで得られる効果



月	火	水	木	金
2 牛乳 ハニーレモントースト 鶏肉のさっぱり煮 切り大根のサラダ 豆乳スープ	3 牛乳 ハヤシライス(麦ごはん) じゃこピーマン ヨーグルト	4 牛乳 ごはん 鶏肉のカシューナッツ炒め 春雨の中華サラダ わかめスープ	5 牛乳 ごはん 鮭のムニエル ごぼうサラダ キャベツのスープ	6 牛乳 ごはん かれいせんべい もやしのゆかり和え じゃぶ
歯と口の健康週間				
9 牛乳 ちゃんぽんめん 春巻き 中華風和え物	10 牛乳 ごはん チキンのトマトソース ひじきサラダ ウインナースープ	11 牛乳 ごはん アジフライ 小松菜の土佐酢和え 豆腐とわかめのみそ汁	12 牛乳 ごはん 豚肉とキムチの炒め物 大根ともやしのナムル もずくスープ	13 牛乳 ごはん サバのみぞれがけ キャベツのごま和え いなか汁
16 牛乳 セルフサンド チキンカツ チーズサラダ ブラウンシチュー	17 牛乳 ごはん さわらの香味焼き いんげんのごま和え じゃがいものそぼろ煮	18 牛乳 ごはん 厚揚げのカレー炒め 野菜の五目和え 大根の中華スープ	19 牛乳 ごはん 鮭のチーズ焼き 玉ねぎドレッシングサラダ ココロ野菜スープ	20 牛乳 豆ごはん 和風チキン いそべ和え 浜坂ちくわと湯葉のすまし汁 あじさいゼリー
23 牛乳 カレーうどん 鶏のいそべ揚げ もやしの和え物	24 牛乳 ごはん 鮭のパン粉焼き 海藻サラダ 野菜スープ	25 牛乳 ごはん 手作り魚ロッケ ほうれん草のじゃこサラダ なすのみそ汁	26 牛乳 ごはん 手作り豆腐ハンバーグ キャベツのごま昆布和え なめこ汁	27 牛乳 ごはん 浜坂ちくわのグラタン 魚肉ソーセージのサラダ 冬瓜のスープ
30 牛乳 黒糖ロール ポテトオムレツ ピーマンサラダ キャベツのトマト煮	6月4日から10日は歯と口の健康週間です 給食では、6月2日から6日の5日間で、歯をつくるもとになるカルシウムの多い食品や、特に噛むことを意識して食べてもらいたいメニューを取り入れています。			

(※材料等の都合により献立を変更することがあります。)

教職員の皆さま：給食費5月分の口座振替は、6月20日(金)です。残高確認をお願いします。

