

# 6月食育だより

横浜市立菅田の丘小学校

校長 中村 宏

栄養教諭 阿部 友美

少しずつ気温と湿度が高くなり、季節が夏に移り変わろうとしています。

令和8年 5月 29日

夏本番の厳しい暑さや熱中症対策のためにも、今から『早寝・早起き・朝ごはん』を意識して、規則正しい生活を心がけましょう。



## 〇6月の給食

- ・日本の伝統的な食品を取り入れました。(梅干し・割干しだいこん・納豆)
- ・開港記念日にちなみ、開港の地である横浜の国際色豊かな食を意識して、横浜に関わりの深い国々の料理、ゆかりのある献立を取り入れました。  
(チンジャオロースー・ラトウイユ・ビビンバ・スパゲティナポリタン)
- ・「歯と口の健康週間」にちなみ、かみごたえのある献立を取り入れました。  
(きびなごフライ・甘酢あえ・きんぴら・だいずとじゃこの炒り煮)
- ・横浜市スポーツ振興課との取組として、「ベ이스ターズ青星寮カレー」を取り入れました。
- ・旬の食品を多く取り入れました。  
(きゅうり・トマト・ピーマン・赤ピーマン・さやいんげん・なす・きびなご・とうがん・ズッキーニ)

## 【献立変更のお知らせ】

6月の基準献立の中で、一部変更がございますので、お知らせいたします。配付している家庭用基準献立表とは内容が一部異なりますので、ご承知おきください。

### 【6月19日(金)】

- ・はいがパン
  - ・牛乳
  - ・チリコンカーン
  - ・野菜ソテー
- ※ミックスフルーツ

### 【6月19日(金)】

- ※ミックスフルーツの中身のみ変更  
(黄桃シロップ漬け、みかんシロップ漬け、  
ダイスカットりんごゼリー、砂糖、水)

### 【6月22日(月)】

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・いわしのかばやき
- ・きゅうりの梅肉あえ
- ・とうがんのすまし汁

※この日は代休のため、  
提供しません。

### 【6月20日(土) \*学校独自献立\*】

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・タコライス(具(豚ひき肉、粒状大豆、  
にんじん、玉ねぎ、にんにく、トマト缶、  
トマトケチャップ、米白絞油、チリパウダー、  
パプリカパウダー、ウスターソース、  
しょうゆ、食塩)
- ・野菜スープ(豚肉、キャベツ、玉ねぎ、にんじん、  
じゃがいも、しょうゆ、食塩、こしょう、  
チキンブイヨン、水)