



令和5年 6月 献立予定表



中学校

宇土市学校給食センター

Table with columns for Date, Main Dish, Milk, Side Dish, Main Ingredients (Yellow, Red, Green), and Nutrition. It lists daily school lunch menus from June 1st to 30th, including items like 'かみかみメニュー', 'ふるさとくまさんデー', 'うとんうまかデー', 'スポーツ応援メニュー', and '免疫カアップデー'.

※献立は、都合により変更することがあります。



今月の献立テーマ

歯によい食べ物を食べよう

学校給食の献立は、毎月テーマを意識しています。今月は、歯の衛生週間に合わせて、「歯によい食べ物を食べよう」というテーマで、かみ応えのある食材やメニューや、カルシウムの多い食材を取り入れたりしています。



かみ応えのある食材…… いか、豆類、れんこん、ごぼう、切り干し大根
カルシウムの多い食材…… ヨーグルト、豆類

6月の献立に取り入れています。給食を食べながら探してみよう！

セレクト給食「スポーツ応援メニュー」

6月22日(木)は、自分が食べたいものを選ぶセレクト給食の日です。栄養・体の調子・自分が食べたい味などを考えて選んでもらいます。

丈夫な体を作りたい人に！

疲れを回復させたい人に！



or

