

“**みらい (未来) につなげ、みんなで食べる千葉市産**”

6月

しょくいく ひ とく べつ
食育の日特別メニュー



加曾利員塚PR大使かそりーぬ

今日の給食のねらい

じばさんぶつ きゅうしょく と い かん
地場産物を給食に取り入れることで、環
きょう め む しよく
境に目を向けさせるとともに、食にかかわる
ひとびと かんしゃ ねん りかい ぶか しょく たいせつ
人々への感謝の念と理解を深め、食を大切
にする気持ちを育てる。

- ごはん ●牛乳 ●さけのにんじんオーロラソース ●さやいんげんのごま和え ●呉汁 ●メロン

メロン

ちばけんさん がつ がつ
千葉県産のメロンは、6月から7月が
しゅん じき ちょうしし あさひし おお
旬の時期です。銚子市や旭市で多く
つく つか
作られています。甘くてみずみずしいメ
ロンを味わいます。

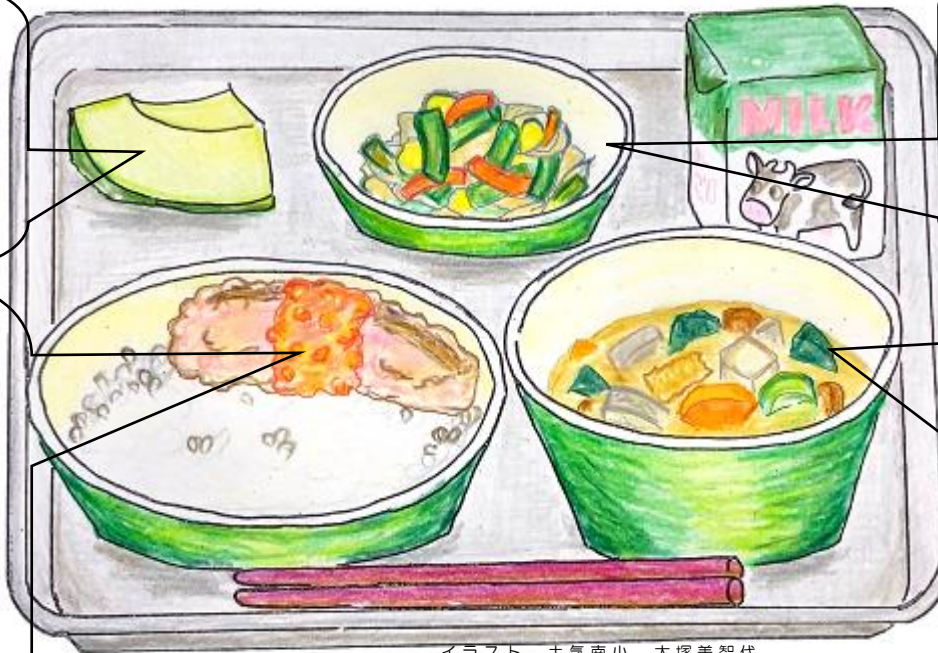


イラスト 土気南小 大塚美智代

さやいんげんのごま和え

がつ がつ しゅん
5月から6月が旬のさやいんげんを
つか あ もの
使った和え物です。にんじんやもやし、
こ いろあざ
コーンを加え、色鮮やかな
ごま和えに仕上げました。

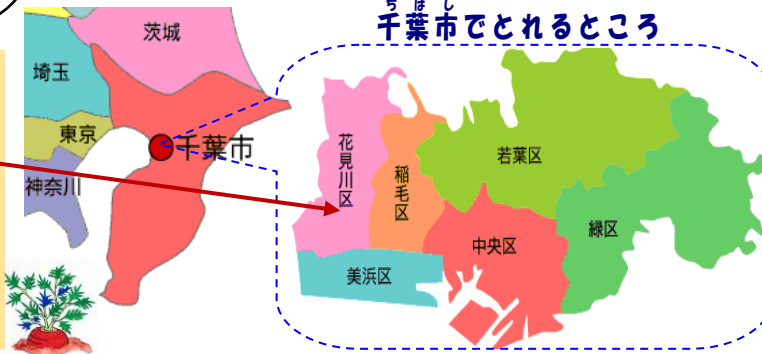
呉汁

ごじる にほんかくち むかし した
呉汁は、日本各地で昔から親しまれてき
きょうどりょうり だいす みず つ
た郷土料理です。大豆を水に浸け、すりつ
ぶしたものを「呉」といい、「呉」をみそ汁に加
えたものが呉汁です。大豆やいろいろな野菜が
はい えいよう だいす やさい
入った栄養バランスのよいみそ汁です。

さけのにんじんオーロラソース

ちばし はるなつ
千葉市でとれた春夏にんじんと、
たまねぎをみじん切りにし、マヨネーズ、
ケチャップを加えてオーロラソース
をつくりました。にんじんとたまねぎの
しゃきしゃきした食感が、油で揚
げたさけによく合います。

はるなつ がつちゅうじゅん がつ
「春夏にんじん」は5月中旬から6月
はなみがわく たけいしちよう まくはりちよう
にかけて、花見川区の武石町・幕張町・
ながさくちよう ちゅうしん しゅうかく
長作町を中心に、収穫されます。
きゅうしょく つか
給食で使われているにんじんは、学校
きゅうしょくよう とくべつ さいばい
給食用に特別に栽培されたものです。



まいとし がつ しょくいくげっかん まいつき にち しょくいく ひ
毎年6月は「食育月間」 毎月19日は「食育の日」
きんねん にほんじん しょくせいかつ おお へんか ぶ きそく しょくじ
近年、日本人の食生活も大きく変化し、不規則な食事や
かたよ えいようせつしゅ けつしよく けんこうもんだい
偏った栄養摂取、欠食などにより、さまざまな健康問題
で
が出てきています。
このような食にまつわる問題を改善し、健康増進を目指
くに まいとし がつ しょくいくげっかん まいつき にち しょくいく
そうと国が毎年6月を「食育月間」、毎月19日を「食育
の日」と決めました。