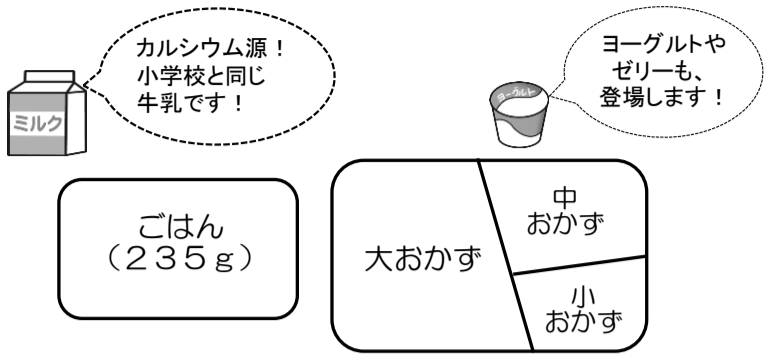


中学校給食のイメージ図



6月は食育月間です!

毎月19日は食育の日です。6月19日は食育月間の食育の日にあたります。子どもたちが豊かな人間性をはぐみ、生きる力を身に付けていくためには、何よりも「食」が重要です。日々忙しい生活を送る中で、忘れがちな「食」の大切さを見直してみましょう。

食育で育てたい6つの力

6 pillars of food education: 1. Understanding the importance of eating with joy. 2. Maintaining heart and body health. 3. Choosing food and creating meals. 4. Understanding the importance of eating together. 5. Understanding Japanese food culture. 6. Maintaining manners and social skills.

『まごわやさしい』という言葉は、身体に良いとされる和の食材の頭文字を、覚えやすく語呂合わせにしたものです。ぜひ、7食材を言えるように覚えてみてください。

◇はしは、毎日きれいに洗って、忘れずに持って来ましょう。◇スプーンは、マークの日に必要です。忘れずに持って来ましょう。◇配膳に配慮し、当面は食缶のない献立内容となります。

Main table of school lunch menus from 6/16 to 6/26. Each day includes energy, protein, and fat content, and a list of ingredients with quantities. Includes special menus for 6/23 (Taco Day) and 6/25 (Hawaii Day).

Menu for 6/29 (Monday): White rice, dry curry, chicken and bean salad, yogurt.

Menu for 6/30 (Tuesday): Tuna corn, bacon and green onion salad, cornmeal, meat beans.

Special menu for 6/23 (Wednesday): Taco Day. Includes a message from the school and a list of ingredients for the taco.

Menu for 6/23 (Wednesday): Hawaii Day. Includes a message about the day and a list of ingredients for the Hawaii-style meal.

Menu for 6/23 (Wednesday): Taco Day. Includes a list of ingredients for the taco and a 'make it yourself' section.

【給食献立表の見方】 1. 献立名は太線・下線入り、その他は使っている食品名と1人分の分量(g)です。 2. スプーンマークの日は、スプーンも持参してください。 3. 食缶マークの日は、食缶のおかずがつきます。 4. 食品名に☆印があるのは、大東市の6大アレルギー(卵・乳、乳製品・小麦・えび・ナッツ・ごま、ごま油)です。 『加工食品のアレルゲンの記載について』 加工食品の食品名の食品名の後に()で記載しています。【例】パン(小麦・乳)※乳は脱脂粉乳です。

Table showing average nutrient intake per student per meal. Columns include Energy (kcal), Protein (%), Fat (%), Calcium (mg), Iron (mg), Vitamin A, B1, B2, C, Fiber (g), and Total (g).

☆気象状況などの影響で、一部食材が変更になることがあります。その場合は、学校を通じてお知らせします。