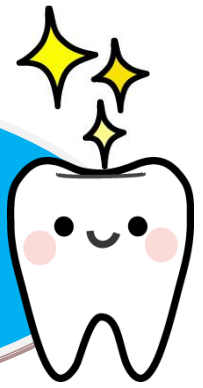


6月7日から6月11日まで
歯と口の健康週間献立です



第1回・6月7日(月)のメニューは…



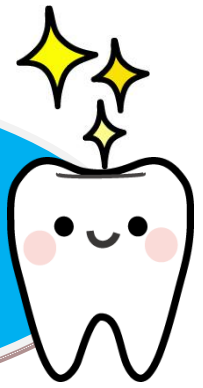
シャキシャキのピーマンとたけのこの
歯ごたえが良いチンジャオロースです。
よくかむことを意識して食べてみましょう。

7階食堂でお待ちしています♪

栄養教諭



6月7日から6月11日まで
歯と口の健康週間献立です



第2回・**6月8日(火)**のメニューは…



鶏肉とにらのあんかけ焼きそば

表面をカリッと固焼きした焼きそばに
シャキシャキ食感のにらが入った
とろ〜りあんが絡まる一品です。

7階食堂でお待ちしています♪

栄養教諭



6月7日から6月11日まで
歯と口の健康週間献立です



第3回・6月9日(水)のメニューは…



いわしのごま味噌煮

骨まで食べられるいわしのごま味噌煮です。

骨には、歯をつくる元となるカルシウムが多く含まれているので、ぜひ丸ごと食べましょう。

7階食堂でお待ちしています♪

栄養教諭



6月7日から6月11日まで
歯と口の健康週間献立です



第4回・6月10日(木)のメニューは…



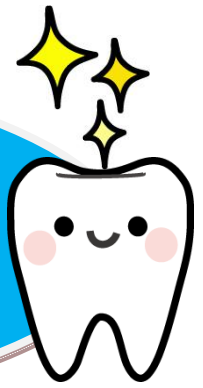
シャキシャキとした歯ごたえのあるれんこんを
アクセントにした和風ハンバーグです。

7階食堂でお待ちしています♪

栄養教諭



6月7日から6月11日まで
歯と口の健康週間献立です



最終回・6月11日(金)のメニューは…

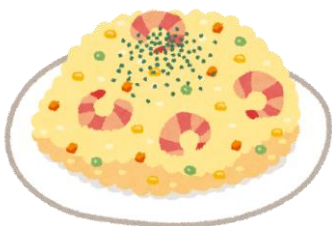


うま味たっぷりのタコと
甘味いっぱいのととうもろこしが入ったピラフです。

よくかんで食べましょう。

7階食堂でお待ちしています♪

栄養教諭



今月のイベント給食♪



6月18日(金)はあきたメニュー

じゅんさい入り三色丼

千ゲンサイのナムル

県産椎茸の味噌汁

秋田県森岳産のじゅんさいをのせた
三色の丼にしました。

7階食堂でお待ちしています♪

栄養教諭



今月のイベント給食♪



6月23日(水)はベトナムメニュー



チャーハンには隠し味に
魚醤、ナンプラーを入れています。

フォーはお米で作った麺で、
ベトナムでは朝ごはんの定番料理だそうです。

7階食堂でお待ちしています♪

栄養教諭



今月のイベント給食♪

6月29日(火)は  メニュー

ごはん

豆乳入り野菜の味噌汁

豚肉の塩麴焼き

なすのそぼろ炒め

塩麴の効果で、
豚肉がやわらかく、うま味たっぷりに仕上がります。

塩分を約2.3gにおさえました。

7階食堂でお待ちしています♪

栄養教諭

