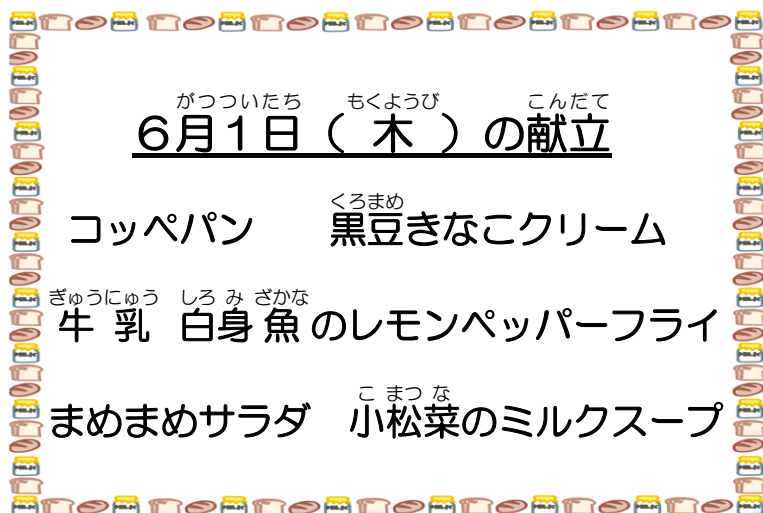


# 給食News

令和5年6月1週  
八千代町立学校給食センター

<http://www.town.ibaraki-yachiyo.lg.jp/kouhou/kyusyoku/k-news.html>



ついたち もくようび きゅうしよく きゅうにゅう ひ こんだて  
**1日（木）の給食は「牛乳の日献立」です。**

ねん こくれんしよくりょうのうぎょう きかん きゅうにゅう かんしん たか らくのう  
2001年、国連食糧農業機関は牛乳への関心を高め、酪農  
しごと おおひと し もくてき がつついたち せかい  
の仕事を多くの人に知ってもらうことを目的に、6月1日を『世界  
ぎゅうにゅう ひ さだ にほん ねん  
牛乳の日』と決めました。これにちなんで日本でも2007年から  
まいとし がつついたち きゅうにゅう ひ がつ きゅうにゅうげっかん  
毎年6月1日を『牛乳の日』、6月を『牛乳月間』としています。

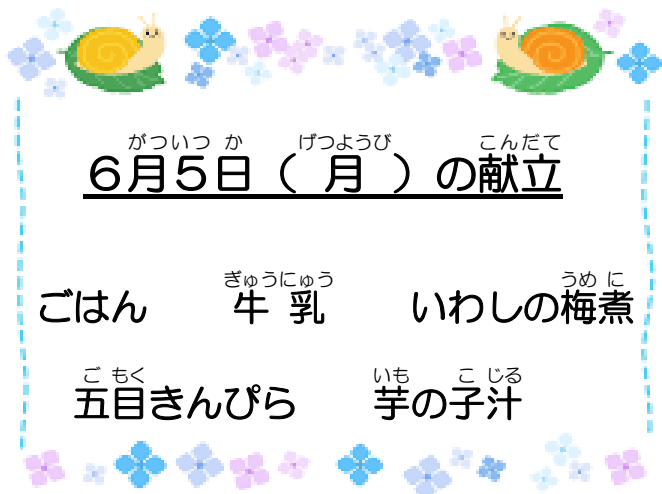
ぎゅうにゅう ばい やく ミリリットル にち ひつよう  
牛乳はコップ1杯（約200ml）で、1日に必要なカルシウ  
りょう ぶん ていど しつ るい  
ム量の3分の1程度がとれるうえに、たんぱく質やビタミン類など  
たいくさんのえいようそ ぶく ほね は じょうぶ  
たくさんの栄養素がバランスよく含まれています。骨や歯を丈夫に  
きゅうしよく ひ きゅうにゅう の  
するので、給食がない日も、牛乳を飲むようにしましょう。

きょう こまつな きゅうにゅう つか  
今日は、「小松菜のミルクスープ」にも牛乳が使われています。  
た べんきょう うんどう と  
しっかり食べて、勉強や運動に取りくんでくださいね。

# 給食 News

令和5年6月2週  
八千代町立学校給食センター

<http://www.town.ibaraki-yachiyo.lg.jp/kouhou/kyusyoku/k-news.html>



がつつか げつようび このか きんようび は くち けんこうしゅうかん  
**6月5日(月)～9日(金)は、「歯と口の健康週間」です。**

みなさんは歯と口の健康を意識していますか？健康で長生きするために80歳で20本の歯があるとよいと言われています。歯と口の健康を保つには、①～⑤のような食生活が大切になってきます。

①時間を決めて食べましょう。

②好き嫌いをしないで食べましょう。

③ごぼうやこんにゃく、いかなど、かみごたえのあるものは、一口

30回を目安によくかんで食べましょう。

④骨や歯を丈夫にするカルシウムをおおく含む牛乳やチーズ、

小魚、小松菜などを食べましょう。

⑤朝起きた時や夜寝る前、また食事の後には歯をみがきましょう。

きょう うめに こんだて は  
今日は、いわしの梅煮でカルシウムをとって、五目きんぴらの具材

のごぼうやつきこんにゃくをしっかりとんで食べてくださいね！

# 給食 News

令和5年6月2週  
八千代町立学校給食センター

<http://www.town.ibaraki-yachiyo.lg.jp/kouhou/kyusyoku/k-news.html>

がっなの か すいようび こんだて  
6月7日（水）の献立

カレーうどん ぎゅうにゅう 牛乳

はなまる  
八菜丸たまごやき

やちよまちさん  
八千代町産タカミメロン



なの か すいようび きゅうしょく ちさんちしょう やちよ ひこんだて  
7日（水）の給食は「地産地消：八千代の日献立」です。

やちよまち  
八千代町でつくられた『タカミメロン』が出来ます。

やちよまち ぜんこく せいさんりょう おお がつごろ じょじょ  
八千代町は、全国でもメロンの生産量が多く、6月頃から徐々に

しゅっか ぶ ろ じさいばい くわ さいばい と い あま  
出荷が増えてきます。露地栽培に加えハウス栽培も取り入れ、甘く

ておいしいメロンづくりが盛んに行われています。

プリンス・ホームラン・タカミ・クインシーなどの品種が栽培され

ていて、そのなかでもいちばんおお  
くつくられているのがタカミメロンです。

タカミメロンは6月頃がおいしい時期です。糖度が高く、みずみず

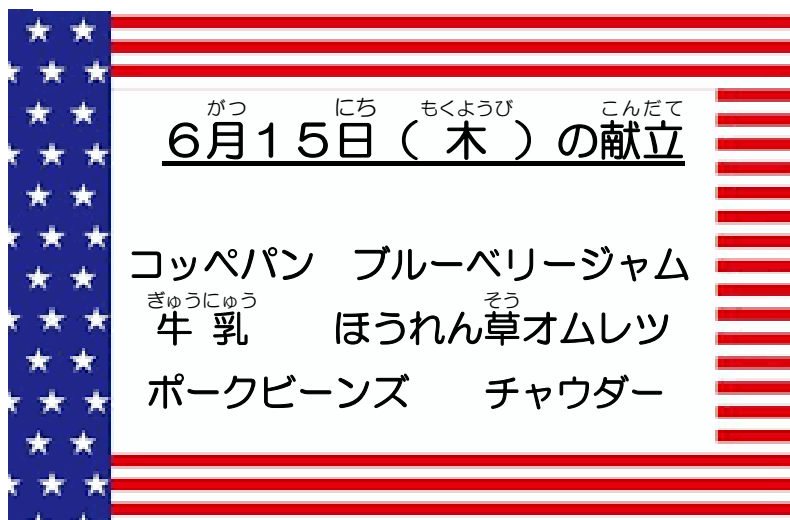
しいのが特徴です。

おいしくいただきます♪

# 給食 News

令和5年6月3週  
八千代町立学校給食センター

<http://www.town.ibaraki-yachiyo.lg.jp/kouhou/kyusyoku/k-news.html>



15日(木)の給食は「世界の料理:アメリカメニュー」です。

アメリカでよく食べられている家庭料理の『ポークビーンズ』  
『チャウダー』が出ます。

『ポークビーンズ』は、豚肉と大豆を主な材料としたトマト味の  
煮込み料理です。今日は、じゃが芋、玉葱、人参などを加えてみま  
した。

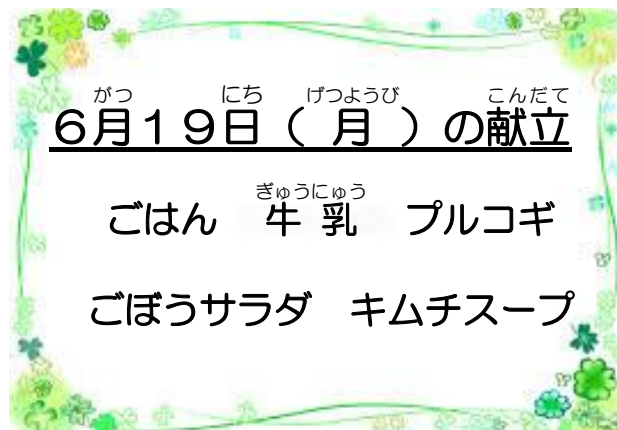
「チャウダー」は、シチューとクリームスープの中間くらいに  
あたるが、肉・野菜・クリームなどを入れて煮込んだ具たくさん  
のスープです。今日の給食では、ベーコン、人参、玉葱、キャベツ、  
ブロッコリー、牛乳、生クリーム、バターを使ってつくりました。

アメリカの味を楽しんでみてください♪

# 給食 News

令和5年6月4週  
八千代町立学校給食センター

<http://www.town.ibaraki-yachiyo.lg.jp/kouhou/kyusyoku/k-news.html>



6月は食育月間です!



毎年6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」です。

「食育」とは食に関する知識や、より良い食習慣を身に付け、

生きる力を育むことです。

茨城県には、食育スローガン『おいしいな』があります。

☆お・・・おはよう、ごはんを食べましょう

☆い・・・いただきます、ごちそうさまを言いましょう

☆し・・・しっかり野菜を食べましょう

☆い・・・いばらきの食べ物を味わいましょう

☆な・・・なかよくみんなで食事を楽しみましょう

みなさんも、この機会に食育スローガン『おいしいな』ができて  
いるか、振り返ってみましょう。できていないところは、今日から  
取り組んでみてください。

# 給食 News

令和5年6月5週  
八千代町立学校給食センター

<http://www.town.ibaraki-yachiyo.lg.jp/kouhou/kyusyoku/k-news.html>



がっ にち きんようび こんだて  
6月30日（金）の献立

カレーライス ぎゅうにゅう 牛乳

チキンナゲット とうもろこし



にち きんようび きゅうしょく ちさんちしょう やちよ ひこんだて  
30日（金）の給食は「地産地消：八千代の日献立」です。

やちよまち で かわ  
八千代町でつくられたとうもろこしが出来ます。皮がうすく、

おお とうど ど い  
やわらかいものが多く、糖度は18度くらいと言われており、

かんじゆく おな とうど ひとくちた  
完熟メロンやぶどうとほぼ同じ糖度です。一口食べると、プチプチ

しょっかん あま  
の食感と甘みやうまみがひろがります。

カットされたとうもろこしを、きゅうしょく  
給食センターのスチームコンベ

クションというきかい つか む  
機械を使って、蒸しました。おいしくいただきま

しょう。