

6月 給食だより



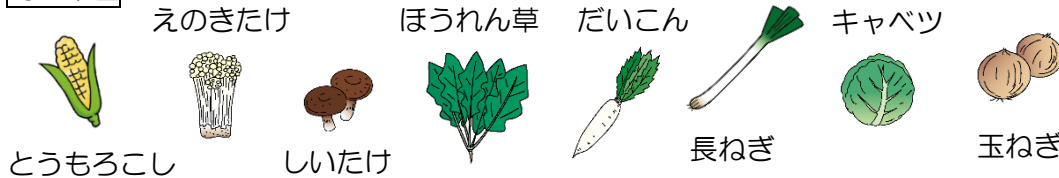
熊谷市立熊谷学校給食センター



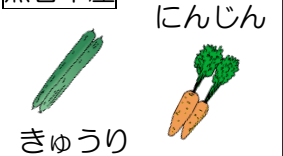
6月は「食育月間」「彩の国ふるさと学校給食月間」です。

熊谷学校給食センターでは、埼玉県産や熊谷市産の食材、埼玉県の郷土料理などを積極的に取り入れます。なお、献立表には、使用する食材のうち埼玉県産・熊谷市産のものを下記のイラストで示しています。ぜひ、地元の食材を探しながら食べてみてください。

埼玉県産



熊谷市産



※物品納入の都合により、変更となる場合があります。

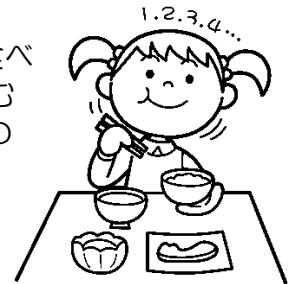
6月4日

6月10日は

歯と口の健康週間



ふわふわな食パン、なめらかなプリン…。やわらかくておいしい食べ物がたくさんありますが、かむ力をつけるためには意識して良く噛むことや、噛みごたえのあるものを選ぶことがとても大切です。歯と口の健康を守るためには、食後の歯みがきも有効です。給食では6月6日～8日の3日間、噛みごたえのある食材を使用した「かみかみメニュー」を提供します。ごぼう、れんこんなどの根菜、大豆や海藻類を使用します。よく噛んで、素材の味や食感を味わいましょう！



変わり金平

ごぼう、れんこん、人参、こんにゃくが入った金平です。

☆☆提供日☆☆

小学校Aコース：6月6日（火）
 小学校Bコース：6月7日（水）
 中学校コース：6月8日（木）

かみかみカレー

ごぼう、れんこん、大豆などが入ります。

☆☆提供日☆☆

小学校Aコース：6月7日（水）
 小学校Bコース：6月8日（木）
 中学校コース：6月6日（火）

茎わかめのサラダ

茎わかめ、人参、枝豆が入ったサラダです。

☆☆提供日☆☆

小学校Aコース：6月8日（木）
 小学校Bコース：6月6日（火）
 中学校コース：6月7日（水）

今月の新献立・レシピ紹介



鶏肉の和風梅ダレかけ

【材料（4人分）】

- ・鶏肉 30g×8枚
- ・かたくり粉 大さじ3
- ・揚げ油 適量
- たれ —
- ・濃口しょうゆ 小さじ1
- ・砂糖 大さじ1
- ・みりん 大さじ1
- ・酒 小さじ1
- ・酢 小さじ1
- ・ねり梅 大さじ1

6月11日の「入梅」に合わせて、梅を使った新メニューを紹介し、梅雨のじめじめしたこの時期でも食べやすいよう、さっぱりとした味付けにしました。

提供日

小学校Aコース 6月14日（水）
 小学校Bコース 6月15日（木）
 中学校コース 6月16日（金）

【作り方】

1. 鶏肉にかたくり粉をまぶし、油で揚げる。
2. Aを鍋に入れ、ひと煮立ちさせる。
3. 揚げた鶏肉に、2のたれをかけて完成。

旬の食材 とうもろこし

6～8月に旬を迎えます。様々な品種があり、給食では、主に深谷市で生産されている「味来」を提供する予定です。甘味が強くジューシーで、人気のある品種です。

-----提供日-----

小学校Aコース：6月27日（火）
 小学校Bコース：6月28日（水）
 中学校コース：6月29日（木）