

給食News

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

平成30年度5月1週
八千代町立学校給食センター発行

がつつつか すいようび こんだて
5月2日(水)の献立

カレーうどん ぎゅうにゅう 牛乳 ハッシュポテト

こんにゃくサラダ【たま 玉ねぎドレッシング】

クリームソーダゼリー



ふつか すいようび きゅうしよく ひ こんだて
2日(水)の給食は「こどもの日献立」です。

がついつか ひ こくみん しゅくじつ
5月5日は「こどもの日」です。国民の祝日のひとつで1948

ねん じんかく たいせつ しあわ
年にさだめられました。「こどもの人格を大切にし、こどもの幸せ

ねが うち ひと かんしゃ ひ
を願うとともに、お家の人に感謝する日」といわれています。

「こどもの日」は『端午の節句』ともよばれていて、昔は、男の子が健康に成長できることを願い、お祝いをしていたそうですが、

いま こ げんき そだ おお いわ
今では、子どもたちが元気に育ち、大きくなったことをお祝いする

ようになりました。

がつ はい しんりよく きせつ しんりよく
5月に入り、新緑がさわやかな季節となりましたね。新緑をイメージしたデザートとして、きょう 今日「クリームソーダゼリー」が出ます。やちよまち がつごろ じき
八千代町では、6月頃がメロンのおいしい時期といわれています。ひとあしはや ふうみ たの
す。一足早いですが、メロンのさわやかな風味を楽しんでみてください♪

小学校

給食News

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

平成30年度5月2週
八千代町立学校給食センター発行

とうか もくようび こんだて
5月10日(木)の献立

ホットドッグ

(ミルクパン フランクフルト【ケチャップ】)

ぎゅうにゅう

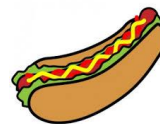
牛乳

キャベツときゅうりのサラダ

【クリーミー野菜ドレッシング】

チャウダー

カットオレンジ



とうか もくようび きゅうしょく せかい りょうり
10日(木)の給食は「世界の料理:アメリカメニュー」です。

「ホットドッグ」はソーセージを細長いパンにはさんで、手軽に食べられることから、アメリカで人気のある食べ物です。切れ目が入ったミルクパンにフランクフルトをはさんで、ケチャップをかけて食べてみてください。

「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りますが、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。

「オレンジ」はアメリカのフロリダ州やカリフォルニア州などで栽培されています。カットしたものが出ますので、上手に食べてみてください。

今日の給食を食べて、アメリカの気分を味わってくださいね♪

小学校

給食News

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

平成30年度5月3週
八千代町立学校給食センター発行

がつ 5月15日 (火) の献立

ごはん 牛乳

さばの味噌煮 ひじきの煮物

肉団子と春雨のスープ



15日(火)の給食は「**地産地消:八千代の日献立**」です。

今日の給食には、八千代町で採れた白菜を使った「肉団子と春雨のスープ」が出ます。

八千代町は、白菜の生産量が全国第一位です。春と、秋から冬にかけて作られていて、10月頃から5月頃まで収穫が行われています。

おいしい白菜は、巻きがしっかりしていて、持った時に重みがあり、外側の葉が生き活きとした濃い緑色だそうです。また、カットされた白菜においては、切り口がみずみずしく乾燥していないものの方が新鮮だそうです。

白菜には食物繊維が含まれていて、胃や腸の働きを良くし、お腹の中をきれいにしますので、残さずにおいしくいただきますよ。

給食に使用する八千代町で採れた野菜を、毎月献立表の下に紹介しています。ぜひ見てくださいね。

小学校

給食News

平成30年度5月5週
八千代町立学校給食センター発行

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

がつ 5月29日 (火) の献立
にち かようび こんだて

ごはん ぎゅうにゅう アジフライ【ソース】
牛乳

こまつな
小松菜とウィンナーのソテー

こうやとうふ みそしる
高野豆腐の味噌汁 ウエハースレモン



にち かようび きゅうしょく た こんだて
29日(火)の給食は「よくかんで食べよう! カミカミ献立」です。

やちよまち きゅうしょく つき いちど こんだて おこな
八千代町の給食では、月に一度「カミカミ献立」を行い、よくかんで食べてもらうために、かみごたえのある食べ物や料理を取り入れています。

「よくかんで食べる」というのは、一口30回位かんで食べることをいうそうですが、実際にかんで食べてみると、なかなか難しいと思います。ですから、食べ物をかんでいて、飲み込もうと思った時から、さらに10回かむように心がけて食べてください。

よくかんで食べると、体にとって良い効果があります。そのひとつは、虫歯や歯の病気にかかりにくくなることです。よくかむと、だ液がたくさん出てきて、食べかすや細菌を洗い流し、口の中がきれいになるからです。

ほとんどかまずに飲み込むように食べていると、だ液が出にくくなっていくことがあります。

今日は、よくかむ食べ物に「ソテー」に入っている「コーン」や、「味噌汁」の具材の「高野豆腐」があります。

いつもよりもかむことに心がけて、食べてみてくださいね!

小学校