

# もーぐもぐ！

2026. 6月 賀田小学校 メニュー表

| 月  | 火  | 水                                      | 木   | 金   |
|--|--|--|---|---|
| 1<br>ひじきごはん<br>牛乳<br>キャベツとツナのサラダ<br>みそ汁        | 2<br>ごはん<br>アシドミルク<br>クリームシチュー<br>和風サラダ              | 3<br>ごはん<br>牛乳<br>マーボー豆腐<br>ナムル        | 4<br>ごはん<br>アシドミルク<br>フーチャンプルー<br>バンサンスー        | 5<br>ごはん<br>牛乳<br>チキンのねぎソース<br>ゆかりキャベツ<br>みそ汁     |
| 8<br>ごはん<br>牛乳<br>ホイコーロー<br>コールスローサラダ          | 9<br>ごはん<br>アシドミルク<br>八宝菜<br>甘辛ポテトビーンズ               | 10<br>菜めし<br>牛乳<br>ジャージャー麺<br>揚げギョウザ   | 11<br>ごはん<br>アシドミルク<br>親子煮<br>切干大根のサラダ          | 12<br>ごはん<br>フルーツ牛乳<br>ハンバーグ<br>青のりポテト<br>コンソメスープ |
| 15<br>ごはん<br>ヨーグルト<br>豚肉のネギ塩炒め<br>ABCスープ       | 16<br>ごはん<br>アシドミルク<br>ごぼうのゴマだれ炒め<br>中華きゅうり<br>ピリカラ汁 | 17<br>ごはん<br>牛乳<br>炒めナムル<br>ワントンスープ    | 18<br>スパイシーピラフ<br>アシドミルク<br>ツナサラダ<br>かきたまきのこ汁   | 19<br>ごはん<br>牛乳<br>かつおカツ<br>春雨サラダ<br>みそ汁          |
| 22<br>ごはん<br>牛乳<br>厚揚げの中華煮<br>昆布キャベツ           | 23<br>ごはん<br>アシドミルク<br>肉じゃが<br>かみかみ和え                | 24<br>ミートスパ<br>牛乳<br>ごまドレサラダ<br>マーラーカオ | 25<br>ごはん<br>アシドミルク<br>カレー<br>フルーツヨーグルト<br>福神漬け | 26<br>チャーハン<br>牛乳<br>コーンマヨサラダ<br>レタスと卵のスープ        |
| 29<br>ごはん<br>牛乳<br>ポークビーンズ<br>海藻サラダ<br>オニオンスープ | 30<br>ごはん<br>アシドミルク<br>ビビンバ<br>はりはり漬け<br>わかめスープ      |  |   |   |

## 6月は食育月間

6月は「食育月間」です。食育とは、生きるための基本であり、知育・徳育・体育の基礎となる健全な食生活を実践できる力を育てていくことです。学校ではおもに下の6つの観点から食育を進めています。

### 食事の重要性



食事の大切さ、喜び、楽しさを知る。

### 心身の健康



さまざまな栄養や食事のとり方を身に付ける。

### 食感を鑑別する能力



正しい知識や情報に基づき、品質や安全性を判断できる。

### 感謝の心



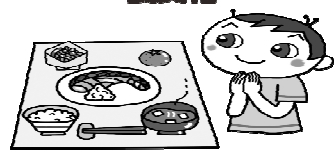
食べ物を大切にし、感謝の心をもつ。

### 社会性



協力し、他人を思いやり、豊かな人間関係をつくる。

### 食文化



地域の産物や食の文化・歴史を理解し、尊重できる。