6月予定献立表

Table with columns: 日/曜, 主食, 牛乳, 副食・デザート, 主な材料とはたらき (血や肉となる, 体の調子を整える, 力や熱となる), 熱量・蛋白質・食塩相当量, 備考. Rows include meals like セルフカレーそぼろ, ご飯, 豚キムチ丼, コッペパン, etc.

※都合により変更することがあります。
※そば・落花生は給食には使用していません。
※マヨネーズは卵不使用の物を使用しています。
※☆の日・24日はコーヒー味のミルクメークがつかます。

Table with 5 columns: 中学校生徒の基準値, 熱量830kcal, たんぱく質34.0g, 脂質20~30%, 食塩相当量2.4g以下. Row 2: 6月平均, 熱量815kcal, たんぱく質30.5g, 脂質25.6%, 食塩相当量3.0g

給食の食材について
★野菜や肉などの産地は季節や納入業者によって変わりますが、6月に使用するおもな食材の産地については下記のとおりです。
※…長生郡市 牛乳…千葉県 鶏肉…北海道・青森県・岩手県…千葉県…宮崎県・新潟県 豚肉…千葉県 にんにく…千葉県 じゃが芋…静岡県・長崎県 じゃが芋…静岡県・長崎県 じゃが芋…静岡県・長崎県
大根…千葉県・茨城県・青森県 きゅうり…埼玉県・群馬県・福島県 玉ねぎ…千葉県…香川県…兵庫県 小松菜…千葉県・茨城県 ほうれん草…千葉県・茨城県 もやし…栃木県・群馬県 れんこん…茨城県

食中毒を予防しましょう！
食中毒の原則は、食中毒の原因菌を「つけない」「増やさない」「やっつける」です。
石けんを使った手洗いを徹底し、食品購入後は早く冷蔵庫に入れて、冷蔵庫を過信せずに早めに食べること、肉は中心までしっかりと加熱することが大切です。
Includes illustrations for 'つけない', '増やさない', and 'やっつける'.