



今帰仁村学校給食センター

56-2106

材料、その他の都合により献立を変更することがあります。

給食では、今帰仁村や県産、地元食材を中心に活用し、給食提供に努めています。

**今月のなきじん産食材**

- ジャンボいんげん、なす、ゴーヤー、きゅうり、えりんぎ、ねぎ、パイナップル、にら、きゅうり、赤瓜

地元産食材情報、どしどし募集中!

<p>1 (火)</p> <p>★ゴーヤーチャンプルー</p> <p>グルクンのヨーグルトみそ焼き</p> <p>揚げ豆腐とアサのお汁</p> <p>★マヨネーズ</p>	<p>2 (水)</p> <p>スライスチーズ ごぼうサラダ</p> <p>チキン唐揚げ</p> <p>コッペパン</p> <p>ガルパンゾースープ</p> <p>中体連応援メニュー</p>	<p>3 (木)</p> <p>かいそうサラダ</p> <p>みかん</p> <p>青のり明太味ポテトフライ</p> <p>★チャーメン</p>	<p>4 (金)</p> <p>★カニカミあえ</p> <p>かみかみ丼 (まごはん)</p> <p>みそ汁</p> <p>びし歯予防デー (6月4日) 献立</p>
---	---	--	---

<p>7 (月) 今中欠食</p> <p>みかん</p> <p>ブロッコリーのレモンあえ</p> <p>ケチャップライス</p> <p>白菜スープ</p>	<p>8 (火)</p> <p>もやしナムル</p> <p>★イカたっぷり小判</p> <p>まごはん</p> <p>じゃーちゃんとうふ 家帯豆腐</p>	<p>9 (水)</p> <p>コロコロさらだ</p> <p>魚のマスタード焼き</p> <p>ミネストローネスープ</p> <p>コッペパン</p>	<p>10 (木)</p> <p>みかん</p> <p>キャバツヒナスあえ</p> <p>みそ煮込みうどん</p> <p>スプラットの空揚げ</p>	<p>11 (金)</p> <p>黒糖アガラサー</p> <p>パイパイイリチャー</p> <p>赤飯</p> <p>★シカムドッチ</p> <p>ユッカヌヒー (6月13日) 献立</p>
---	---	---	--	---

<p>14 (月)</p> <p>みかん</p> <p>スーナー</p> <p>あまがし</p> <p>おきなわ焼きそば</p> <p>グンガチグニチ (6月14日) 献立</p>	<p>15 (火)</p> <p>アセロラなかよしゼリー</p> <p>★ゆで卵</p> <p>まごはん</p> <p>チキンカレー</p> <p>中体連おつかれ</p>	<p>16 (水)</p> <p>アラビータ</p> <p>みかん</p> <p>やさいスープ</p> <p>セザミトースト</p>	<p>17 (木)</p> <p>中華もやしサラダ</p> <p>中華ちまき風まごはん</p> <p>魚のもずくあんかけ</p>	<p>18 (金)</p> <p>さっぱり和え</p> <p>うますじ肉のみそ煮丼 (まごはん)</p> <p>じゃが芋のごま汁</p>
--	---	--	--	--

<p>21 (月) 兼小5年欠食</p> <p>みかん</p> <p>赤うりのささみ生薬あえ</p> <p>あじさいご飯</p> <p>★千草やき</p> <p>夏至 (6月21日) 献立</p>	<p>22 (火)</p> <p>パイン</p> <p>ゴーヤーのウサチー</p> <p>アングンスー</p> <p>ぼろぼろじゃーしー</p> <p>やき芋</p> <p>慰霊の日 (6月23日) 献立</p>	<p>23 (水) 慰霊の日</p> <p>戦争に巻き込まれ、亡くなった人々の死を悼み、慰める日です。</p> <p>正午には黙祷を捧げ、沖繩の歴史と平和について考える日にしましょう。</p>	<p>24 (木) 天小5年欠食</p> <p>いんげんといんげんのソテー</p> <p>魚のよもぎ天ぷら</p> <p>あわご飯</p> <p>とうがん汁</p> <p>5月ウマチー (6月24日) 献立</p>	<p>25 (金) 天小5年欠食</p> <p>イタリアンサラダ</p> <p>ミートソーススパゲティー</p> <p>ポテトのチーズ煮</p>
--	--	--	---	--

<p>28 (月) 今中欠食</p> <p>あげだし豆腐</p> <p>わかめスープ</p> <p>★チャーメン</p>	<p>29 (火)</p> <p>やさい炒め</p> <p>豆あじの南蛮揚げ</p> <p>まごはん</p> <p>具だくさんみそ汁</p>	<p>30 (水)</p> <p>コールスローサラダ</p> <p>サンド</p> <p>ひじきハンバーグ</p> <p>コッペパン</p> <p>白いんげん豆スープ</p>	<p>6月9日~10日</p> <p>歯と口の健康週間</p> <p>歯の病気を防ぐ食生活のポイント</p> <p>よくかんで食べる</p> <p>おやつは時間と量を決めて食べる</p> <p>食べたらしっかり歯をみがける</p> <p>栄養バランスの良い食事を心がける</p> <p>デンタルフロスマを歯にかけよう、より効果的です。</p> <p>規則正しい食習慣が、健康な歯と口をつくりまします。</p>
--	--	---	--

**今月のうちな一行事食**

<p>11日 ユッカヌヒー 献立</p> <p>旧暦の6月4日に行われる、おきなわ版「こどもの日」です。子どもの健やかな成長を願い、巻餅や炮仗を火の神や仏様に供えます。給食では、みんなの健康を願って「黒糖アガラサー」も提供します。</p>	<p>14日 グンガチグニチ 献立</p> <p>旧暦の6月6日は、おきなわ版「端午の節句」です。悪い病気が流行らないように菖蒲やよもぎの匂いの強い薬草で災難を払ったり、あまがしを作ってカマドの神と仏様に供えて食したとされています。</p>	<p>22日 慰霊の日 献立</p> <p>戦後は食べ物も少ない中、芋を植えて大切な食糧としていました。ふかした芋と生みそだけが食卓という事も珍しくなく、芋の葉(カンダバ)も大切な野菜で、米が入ると「ぼろぼろじゃーしー」を作ったそうです。</p>	<p>24日 6月ウマチー 献立</p> <p>旧暦の5月15日は、稲の収穫に感謝する「五月ウマチー」です。農業は大切であり、大変な仕事です。いつも感謝の気持ちで忘れずに食事すると良いです。</p>
---	--	---	---

中体連応援献立、6月の5日・6日・12日は甲子年です。中体連の大きな大会の一つです。たんぱく質にエネルギーを充分蓄え、良いパフォーマンスができるよう体調管理を怠りません。

学校給食費は、期限内に納めましょう。