



きゅうしょくしつ

給食室だより

令和7年6月5日

きのう 昨日から、は くち けんこうしゅうかん 歯と口の健康週間です。かみごたえのある しょくざい 食材
は けんこう かか や、歯の健康に関わるカルシウムを多く含む しょくざい 食材を 給食 にと
い り入れています。きょう 今日の 給食は、きゅうしょく ファイバージャー جان麺、
ぎゅうにゅう 牛乳、あじさいポンチです。

めん ちゅうごく かていりょうり ジャー جان麺は中国の家庭料理の1つで、にく やさい ひき肉と野菜で
つく にく ちゅうかめん 作った肉みそを、りょうり 中華麺にのせた料理をいいます。きょう 今日は、食物
せんい 繊維（ファイバー）がとれるように、きりほしだいこん ごぼうや切干大根、たけ
のこなどを入れています。しょっかん たの 食感も楽しみながら食べましょう。

がっごろ さ あじさい あじさいポンチは、6月頃に咲くあじさいの花をイメージし
て つか 作りました。あじ ぶどう味のシロップに、ぶどうゼリーとカルピ
スゼリーをいれ、おうとう あまなつ 黄桃、かん あ 甘夏、りんご 缶と合わせて つか 作りました。
きょう 今日もしっかり食べて、丈夫な 体をつくりましょう。

ファイバージャー かんめん 麺



ごぼうの かわ 皮をむきます



干しいたけ



たけのこ



きりほしだいこん 切干大根



蒸した かんめん 麺を、クラスごとに ぶんけ 分けます

あじさいポンチ



ぶどうゼリーとカルピスゼリーを しかく 四角く切ります



それぞれはかり、クラスの しょくかん 食缶に入れます