

今月の注目献立

福岡県をあじわいつくそう！

5日・6日【食育の日 福岡県編】今月は2日間です

ゆずこしょう

ゆずと青とうがらしを塩漬けにして作る「ゆずこしょう」は、福岡を代表する辛味調味料です。様々な料理の薬味として、福岡の食卓には欠かせない調味料です。

博多ラーメン

豚骨スープに極細ストレート麺が特徴のラーメンです。注文時に麺の固さをリクエストしたり、替え玉するのが定番だそうです。博多のソウルフードとして屋台でも人気です。

水炊き

100年以上の歴史がある福岡の代表的な郷土料理です。じっくり煮出したとりがらスープで食べる鍋料理です。福岡では季節を問わず食べられていて、具材は鶏肉とキャベツが定番です。

6月の様子



もりもり食べて、昼休みは元気に遊びます！

3-2のいただきますの様子



3年生は 準備も片付けも校内No1の素早さです！

係の仕事の手が足りない時は、自主的に手伝う生徒が何人もいて、スムーズに給食時間が流れています。

Table with columns: 日曜 (Day of the week), 献立名 (Menu name), 使用材料名 (Ingredients), エネルギー (Energy), たん白質 (Protein). Rows list daily menu items from 3rd month to 21st, including dishes like 厚焼きたまご, ポークシウマイ, サバ竜揚げ, etc.

一食平均エネルギー：819 Kcal

たんぱく質：30.5 g

脂質：22.1 g

食塩：2.5 g

感染症の流行や食材の納入状況により急遽献立が変更になる場合があります

★給食クイズ★

7月14日から、【世界水泳2023】が開幕します。2001年大会から2度目の開催都市となる市は何市でしょうか?? (答えは裏面をみてね)

2学期の給食は、8月25日から始まります。

夏休みも十分な睡眠・バランスの良い食事・適度な運動で規則正しい生活習慣を送りましょう。

