



じめじめと蒸し暑い時期になってきました。暑さによる体調不良や、食中毒に気を付けて過ごしたいですね。雨でどんよりしがちな気分も、おいしい地場産物や行事食を食べて、気分をリフレッシュしましょう。

食中毒に注意

食中毒予防の3原則



菌をつけない
調理する前や食事の前などはしっかりと手洗いし、清潔にしましょう。

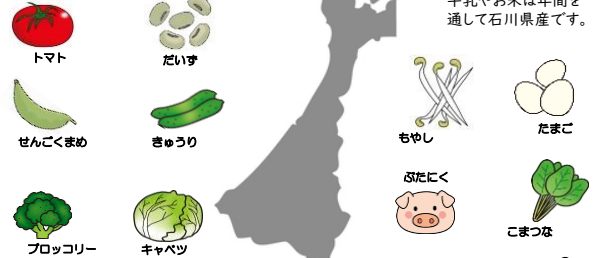
菌をやっつける
加熱が不十分だと、食中毒になります。肉や魚は、中心までしっかりと火を通しましょう。

菌を増やさない
常温で食べ物を放置すると、菌が増殖します。冷蔵庫などで保存しましょう。

地場産物ウィークがあります

6月10日から14日は地場産物ウィークです。この週は、小松市や加賀市などの石川県産の食材を特に多く給食に取り入れています。

地場産物ウィークに給食で使用予定の地場産物



牛乳やお米は年間を通して石川県産です。

今月のふるさと給食

千石豆



さやの形が「千石船」に似ていることから、また1本からたくさんの実がとれることからこの名がついたと言われています。県内では、小松市が最大の産地です。給食では、「ハムと千石豆の和えもの」で提供します。

氷室の日の献立

※27日:2ブロック、3ブロック 28日:1ブロック、4ブロック

石川県では、7月1日を氷室の日としています。氷室の日には、氷室まんじゅうを食べ、一年の健康を祈る習慣があります。



6月分給食献立もりつけ表

3ブロック	小学校	小松市教育委員会		
月	火	水	木	金
<p>こんげつのもくひょう</p> <p>ただ た かた</p> <h1>正しい食べ方をしよう</h1>				
<p>3日</p> <p>うどんがうまいきゅう</p> <p>運動会代休</p>	<p>4日</p> <p>ココアワッフル</p> <p>ガバオライス</p> <p>ほろさめととうふのスープ</p>	<p>5日</p> <p>とりにくプロッコリーのアーヒョウソウ</p> <p>ミルクロール</p> <p>トマトスープ</p>	<p>6日</p> <p>くきわかめのいためもの</p> <p>ごぼうかきあげ</p> <p>ごはん</p> <p>いなりうどん</p>	<p>7日</p> <p>コールスローサラダ</p> <p>キャンディチーズ</p> <p>オムレツ</p> <p>やさいのスープにバターロール</p>
<p>10日</p> <p>かいそうサラダ</p> <p>ヨーグルト</p> <p>トマトカレー</p>	<p>11日</p> <p>トマト</p> <p>だいずとごまかなの ごまからめ</p> <p>ごはん</p> <p>とりにくどじやがいものうまに</p>	<p>12日</p> <p>もやしいため</p> <p>ポークシューマイ 2こ</p> <p>ごはん</p> <p>はっぼうさい</p>	<p>13日</p> <p>ハムとせんごくめあえもの</p> <p>さばのこうみあげ</p> <p>ごはん</p> <p>かきたまみそ汁</p> <p>ふるさときゅうしよく</p>	<p>14日</p> <p>こまつなのクリームスバゲティ</p> <p>メロン</p> <p>ツナとプロッコリーのサラダ</p> <p>こめこバターパン</p>
<p>17日</p> <p>キャベツとたまごのごまあえ</p> <p>ししゃもフライ 1~3ねん1こ 4~6ねん2こ</p> <p>ごはん</p> <p>とりにくどじやがいものみそにこみ</p>	<p>18日</p> <p>ゆかりあえ</p> <p>ぶたにくのわやき</p> <p>ごはん</p> <p>とりにくさいじる</p>	<p>19日</p> <p>しるみざかなのケチャップからめ</p> <p>ウインナーポトフ</p> <p>ミルクロール</p>	<p>20日</p> <p>わかめスープ</p> <p>ピビンバ</p>	<p>21日</p> <p>ズッキーニとツナのパンソテー</p> <p>りんごゼリー</p> <p>こめこのコーンチャウダー</p> <p>バターロール</p>
<p>24日</p> <p>とりにくのオイスターソースいため</p> <p>ごはん</p> <p>あつあげのカレーちゅうかに</p>	<p>25日</p> <p>だいこんサラダ</p> <p>あげこめパン</p> <p>ミートボールシチュー</p>	<p>26日</p> <p>きゅうりとわかめのすのもの</p> <p>さけのたつたあげ</p> <p>ごはん</p> <p>たまごあさりのとうふチゲ</p>	<p>27日</p> <p>こんにやくのあまからいため</p> <p>ひむろ まんじゅう</p> <p>ちくわのしょうがてんぷら 2こ</p> <p>ごはん</p> <p>さつまじる</p>	<p>28日</p> <p>ジャージャーめん(ハンざら)</p> <p>めんつゆにくまかけてまぜながらたべます。</p> <p>コーンサラダ</p> <p>わかめごはん</p>