



6月4日から10日は「歯の衛生週間」です。よくかむことは、歯を強くするだけでなく体によいことがたくさんあります。食事の時には、しっかりかんで食べるようにしましょう。

### かむことの効果

- ① 消化を助ける
- ② 脳の働きをよくする
- ③ むし歯を防ぐ
- ④ 肥満を防ぐ

### かみかみ献立紹介



6月4日(火)

- ・牛乳
- ・玄入り米ご飯 ・梅干し
- ・いかのしょうが焼き
- ・ごま和え
- ・いり鶏
- ・かみかみサラダ
- ・チーズ

★インターネット予約をご利用の方へ★ 予約の締切は、給食を食べたい日の7日前(土・日・祝日を除く)午後2時です。  
6月分は、5月20日(月)までに予約をしておく忘れなくて安心です！  
★マークシート予約をご利用の方へ★ 6月分のマークシート提出期限は、5月8日(水)です。

| 食材産地<3月分>      |  | 野菜     | 産地         |
|----------------|--|--------|------------|
| 牛乳             | 産地                                       | にんじん   | 茨城・千葉      |
| 牛乳 (㈱明治の集乳エリア) | 北海道、青森、岩手、宮城、山形、福島、埼玉、栃木、群馬、千葉、神奈川、静岡、愛知 | 玉葱     | 北海道        |
|                |  | じゃがいも  | 北海道        |
| 米              | 産地                                       | 小松菜    | 宮崎・神奈川     |
| 米              | 山形・石川・青森                                 | もやし    | 神奈川        |
| 肉類             | 産地                                       | キャベツ   | 愛知・神奈川     |
| 豚肉             | 千葉・鹿児島                                   | れんこん   | 茨城         |
| 鶏肉             | 宮崎・岩手                                    | さやいんげん | インド・長崎・鹿児島 |
| 魚人類            | 産地                                       | きゅうり   | 高知・幸珠      |
| ちりめんじゃこ        | インドネシア・ノルウェー                             | 大豆もやし  | 神奈川        |
| さば             | ノルウェー・ニュージーランド                           | えのき    | 長野         |
| むきえび           | 日本・ベトナム                                  | さつまいも  | 茨城・千葉      |
| ししゃも           | アイスランド・ノルウェー                             | はくさい   | 茨城・群馬      |
| 鮭              | ロシア・ベトナム                                 | ミニトマト  | 熊本・愛知      |
| メルルーサ          | アルゼンチン                                   | ピーマン   | 宮崎・高知      |
| シルバー           | ニュージーランド・ロシア                             | かぼちゃ   | メキシコ・北海道   |
| 卵類             | 産地                                       | ほうれん草  | 九州・神奈川・埼玉  |
| たまご            | 日本・青森                                    | にら     | 茨城・群馬      |
| 野菜             | 産地                                       | しめじ    | 長野         |
| だいこん           | 千葉・神奈川                                   | ブロッコリー | 北海道・日本     |
| 長ねぎ            | 茨城・千葉                                    | 赤ピーマン  | 韓国・宮崎      |
| ごぼう            | 青森                                       | 黄ピーマン  | 韓国・宮崎      |

| 南中学校給食実施予定表 |   |      |      |      |      |      |      |
|-------------|---|------|------|------|------|------|------|
| 日           | 曜 | 1年   | 2年   | 3年   | 8組   |      |      |
|             |   |      |      |      | 1年   | 2年   | 3年   |
| 6月          |   |      |      |      |      |      |      |
| 1           | 土 | ×    | ×    | ×    | ×    | ×    | ×    |
| 2           | 日 | ×    | ×    | ×    | ×    | ×    | ×    |
| 3           | 月 | ×    | ×    | ×    | ×    | ×    | ×    |
| 4           | 火 | ×    | ×    | ×    | ×    | ×    | ×    |
| 5           | 水 | ○    | ○    | ○    | ○    | ○    | ○    |
| 6           | 木 | ○    | ○    | ○    | ○    | ○    | ○    |
| 7           | 金 | ○    | ○    | ○    | ○    | ○    | ○    |
| 8           | 土 | ×    | ×    | ×    | ×    | ×    | ×    |
| 9           | 日 | ×    | ×    | ×    | ×    | ×    | ×    |
| 10          | 月 | ○    | ○    | ○    | ○    | ○    | ○    |
| 11          | 火 | ○    | ○    | ○    | ○    | ○    | ○    |
| 12          | 水 | ○    | ○    | ○    | ○    | ○    | ○    |
| 13          | 木 | ○    | ○    | ○    | ○    | ○    | ○    |
| 14          | 金 | ○    | ○    | ○    | ○    | ○    | ○    |
| 15          | 土 | ×    | ×    | ×    | ×    | ×    | ×    |
| 16          | 日 | ×    | ×    | ×    | ×    | ×    | ×    |
| 17          | 月 | ○    | ○    | ○    | ○    | ○    | ○    |
| 18          | 火 | ○    | ○    | ○    | ○    | ○    | ○    |
| 19          | 水 | ○    | ○    | ○    | ○    | ○    | ○    |
| 20          | 木 | ○    | ○    | ○    | ○    | ○    | ○    |
| 21          | 金 | ○    | ○    | ○    | ○    | ○    | ○    |
| 22          | 土 | ×    | ×    | ×    | ×    | ×    | ×    |
| 23          | 日 | ×    | ×    | ×    | ×    | ×    | ×    |
| 24          | 月 | ×    | ×    | ×    | ×    | ×    | ×    |
| 25          | 火 | ×    | ×    | ×    | ×    | ×    | ×    |
| 26          | 水 | ×    | ×    | ×    | ×    | ×    | ×    |
| 27          | 木 | ○    | ○    | ○    | ○    | ○    | ○    |
| 28          | 金 | ○    | ○    | ○    | ○    | ○    | ○    |
| 29          | 土 | ×    | ×    | ×    | ×    | ×    | ×    |
| 30          | 日 | ×    | ×    | ×    | ×    | ×    | ×    |
| 給食実施回数      |   | 15回  | 15回  | 15回  | 15回  | 15回  | 15回  |
| 金額          |   | 4650 | 4650 | 4650 | 4650 | 4650 | 4650 |

○・・・給食あり ×・・・給食なし

### 【お問い合わせ先】

●予約方法、支払状況、ID・パスワード・払込票の再発行について

給食コールセンター 菜友(サイユウ)

電話：050-3536-8578 (平日9:00~17:00)

●献立の内容について

町田市教育委員会学校教育部保健給食課 中学校給食担当

電話：042-724-2177 (平日8:30~17:00)

FAX：050-3161-8681



中学校給食予約システムをご利用の皆様

「中学校給食予約システム」でメールアドレスを登録していただきますと、中学校給食に関するお知らせがお手元に届き、大変便利です。「中学校給食予約システム」の「ユーザー情報」の画面から簡単に登録できます。ぜひ、登録をお願いいたします。

### メールアドレスの登録はお済みですか？

トップ画面から「ユーザー情報」のアイコンを選ぶ。



「メールアドレス設定」から登録してください。

