



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
<b>牛乳</b>	<b>産地</b>	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、神奈川県、静岡県、愛知県	玉葱	北海道
		じゃがいも	北海道
<b>米</b>	<b>産地</b>	小松菜	宮崎・神奈川
米	山形・石川・青森	もやし	神奈川
<b>肉類</b>	<b>産地</b>	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
<b>魚介類</b>	<b>産地</b>	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
<b>卵類</b>	<b>産地</b>	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
<b>野菜</b>	<b>産地</b>	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

つくし野中学校給食実施予定表							
日	曜	1年	2年	3年	1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	12回	12回	12回
金額		4650	4650	4650	3720	3720	3720

○・・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。

