

給食だより 6月号

令和8年5月29日（金）
南河原小学校 栄養教諭

6月の献立について

① 6月の行事食について 「歯と口の健康週間」 5日（金）

「発芽米ごはん、赤しそふりかけ、とり肉とごぼうの甘辛あえ、みそ汁、牛乳」

「歯と口の健康週間」を意識して発芽米やごぼうなど、噛み応えがある食材を取り入れています。

② 給食で使用する6月が旬の食材

さやいんげん、枝豆、キャベツ、きゅうり、新じゃが芋

ズッキーニ、トマト、にんにく、ピーマン、メロン

③ 初めて登場する献立

・「切り干し大根とわかめのサラダ」 9日（火）

切り干し大根や茎わかめなどを使ったサラダです。みじん切りした玉ねぎを使った手作りドレッシングをかけていただきます。

・「小松菜とひじきのふりかけ」 15日（月）

小松菜やひじき、白ごまなど、成長期に必要な鉄分やカルシウムを多く含んだふりかけになります。

【家庭配布献立表について】

令和8年度5月分より、毎月月末に配布していた家庭配布献立表は、ペーパーレスの観点からデータ配信となります。南小サイトにアクセス後、「[外部リンク→家庭配布献立表](#)」をクリックしていただくと、献立表が掲載されている川崎市ホームページに進みます。献立表は、毎月25日頃に更新予定です。幸区（B地区）の献立表をダウンロードすると、内容を確認することができます。
※地区によって献立の順番が異なります。[必ずB地区をダウンロードしてください。](#)