



Table with columns: 日 (Date), 主食 (Main Dish), 牛乳 (Milk), おかず (Side Dish), たべものののはたらき (Nutritional Benefits), I材† - (Kcal) たんぱく質 (g) (Protein - (Kcal) Protein (g)), and ひとくちメモ (Notes). Rows include dates from 3月 to 28日 with corresponding menu items and nutritional information.

●献立及び使用食材は都合により変更することもありますのでご了承ください  
●太字は県産品またはおいらせ町の食材です  
●スプーンがついている日ははしとスプーンをもってきましょう



毎月「おいらくん給食」を実施しているよ。  
一口メモなどで使っているおいらせ産の食材や  
県産品を紹介するね。  
6月は26日(ふるさと産品給食の日)だよ!

\*おいらせ町の給食は無料化事業を実施しており、  
町民の税金で賄われています。



このQRコードを読み込むと給食センターのサイトにアクセスでき、献立表やアレルギー詳細献立を確認することができます

うらにも「給食だより」があります。見てね!

# 食べて元気に!

## 6月26日は ふるさと産品給食の日!!

ふるさと産品給食の日は県産品や地元食材を使用して県産品の良さを知らせ、ふるさとへの愛着と感謝の気持ちを育てることをめざしています。



みんなに青森の食材をいっぱい食べてほしいな

給食にはどんな県産品が使われているの?



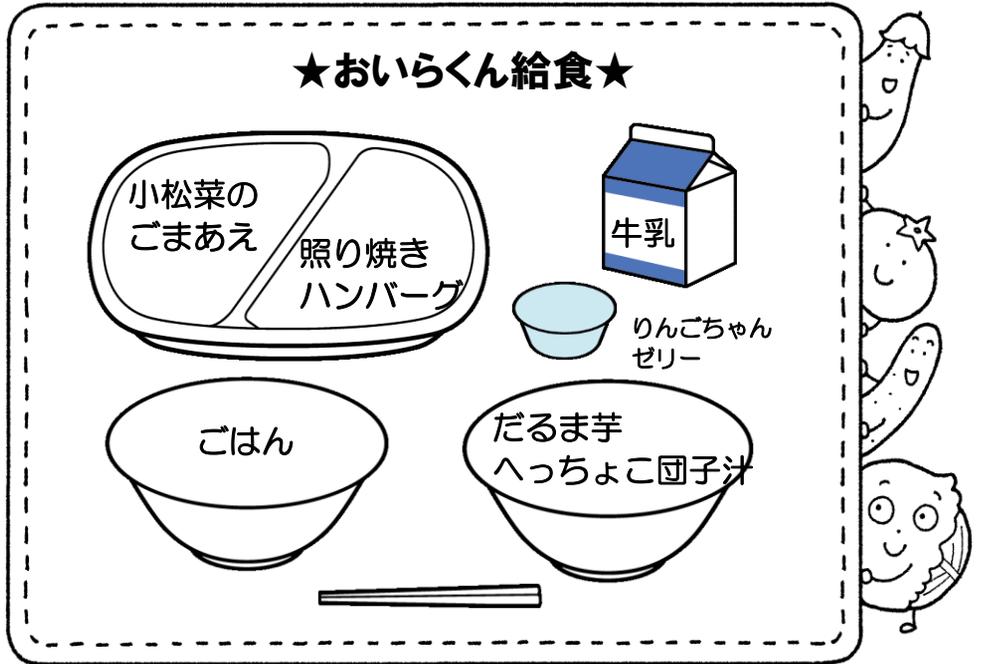
青森県産は牛乳、照り焼きハンバーグ、ごまあえの小松菜やキャベツ、りんごゼリーがあるよ

おいらせ町産はごはん(まっしぐら)とだるま芋へっちょこ汁だよ

だるま芋・・・へっちょこ汁・・・? おもしろい名前だね

だるま芋という芋をいれて、へそ(へっちょこ)のようなくぼみのあるお団子が入ったおつゆなんだ! 地元の人が一つ一つまるめてへそを作ってるんだ

へえ～おいしそうだね! 楽しみ～♡



その他の県産品...とりにく、ごぼう、しいたけ、こんにやく

### ぎゅうにゅうの牛乳を飲もう!



6月は牛乳月間です。毎日コツコツ牛乳を飲みましょう。

### 食育で育てたい「食べる力」

<p>1 心と身体の健康を維持できる</p>	<p>2 食事の重要性や楽しさを理解する</p>	<p>3 食べ物の選択や食事づくりができる</p>
<p>4 一緒に食べたい人がいる(社会性)</p>	<p>5 日本の食文化を理解し伝えることができる</p>	<p>6 食べ物やつくる人への感謝の心</p>



買い物や料理など、一緒に食事の支度をする



家族や仲間と楽しく食卓を囲む



地域の郷土料理や行事食を味わう



### 【食育月間 食べ残しを減らそう! キャンペーン】

～リクエスト券をもらおう～



#### <4月の給食残食量>

●毎日の残食量を計っています

1日に残るご飯  
平均31.9kg  
(1人あたり 14.7g)

1日に残るおかず  
平均90.7kg  
(1人あたり 39.7g)  
\*汁や牛乳も含んだ量です

給食の食べ残しを減らすことは食品ロスの削減につながります。また給食を残さず食べることで成長に必要な栄養をしっかり取ることができます。今月は特にながらばって給食を食べている学級にリクエスト券を配布します。学級でSDGsや食の大切さを考えながら、食品ロス削減に挑戦してみませんか!  
\* 麺の汁や皮などは残してもかまいません