

6月4日～10日は

今月の献立のねらい「歯によい食事を知ろう」



歯はエナメル質、セメント質、象牙質（そうげしつ）、歯髄（しずい）から成り立っています。丈夫な歯をつくるためには、カルシウムが大切ですが、そのほかにもたんぱく質、リン、ビタミン類など多くの栄養素が必要です。食事からしっかり栄養素をとって、丈夫な歯をつくりましょう。



歯を丈夫にする食品
食育の推進に当たっての目標（第4次食育推進基本計画）
○ 食育に関心を持っている国民を増やす
○ 学校給食における地場産物を活用した取組を増やす
○ 環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶ国民を増やす
など1.6の目標に取り組みます。

○ ……パンざら ○ ……大きいよつき ○ ……小さいよつき

中部学校給食センター

Main table with columns: 日曜 (Day), 献立名(配膳図) (Menu Name), 献立 (Menu Items), 献立ひとくちメモ (Notes), エネルギー (Energy), たん白質 (Protein), Kcal (Calories).

☆学校行事等によって、給食の対応が異なる場合がありますので、ご不明な点がございましたら、各学校へお問い合わせください。また、献立は都合により変更する場合があります。

Summary table for average values: 小学校平均 (584, 23.0), 中学校平均 (722, 27.8)