

令和2年度6月予定献立表

Aコース：一小・二小・三小・四小・五小
東大和市学校給食センター

日	曜日	牛乳	献立名	血や肉をつくるもの 赤群	力や体温となるもの 黄群	体の調子をよくするもの 緑群	エネルギー [kcal] 小学校	蛋白質 [g] 小学校	ひとくちメモ
15	月		くろざとうコッペパン コロッケ こまつなのソテー	ぶたももにく	くろざとうパン コロッケ あぶら	にんにく にんじん ぶなしめじ もやし こまつな	303	11.3	
16	火		パインコッペパン とりにくのラタトゥイユソース キャベツのソテー	とりももにく ハム	パインパン こむぎこ オリーブあぶら さとう あぶら	にんにく たまねぎ トマトかん づめ なす きいろピーマン ズッキーニ キャベツ にんじん ホールコーン	347	22.1	旬の食材 ●鱻
17	水		ココアコッペパン ホキのマリネ きのこのソテー	ホキ ベーコン とりも もにく	ココアパン かたくりこ あぶら オリーブあぶら さとう	レモン バセリ たまねぎ にんにく にんじん ぶなしめじ エリンギ もやし こまつな	342	19.7	19日：鱻の唐揚げ(2) ●その他
18	木		ぶどうコッペパン スパイシーチキン いんげんのソテー	とりももにく ハム	ぶどうパン あぶら	にんにく たまねぎ にんじん いんげん ホールコーン	310	22.8	ピーマン、なす、きゅうり、 ズッキーニなど
19	金		ミルクコッペパン あじのからあげ(2) やさいとウインナーのソテー	あじ ウインナー	ミルクパン かたくりこ あぶら	しょうが にんにく キャベツ にんじん アスパラガス	321	21.3	
22	月		くろざとうコッペパン ぶたにくのバーベキューソース じゃがいものソテー	ぶたかたローズにく ベーコン	くろざとうパン あぶら さとう かたくりこ じゃがいも	しょうが にんにく たまねぎ アップルソース にんじん ピーマン	333	15.0	よくかんで食べよう!
23	火		パインコッペパン ホキのトマトソース だいこんサラダ(フレンチドレッシング)	ホキ	パインパン かたくりこ あぶら オリーブあぶら さとう	にんにく たまねぎ トマトかん づめ にんじん きゅうり だいこん	351	15.9	よくかんで食べると、健康 に良いことがたくさんあります。
24	水		ココアコッペパン ハンバーグのガーリックソース あおのりポテト	ハンバーグ ちりめん じゃこ あおのり	ココアパン あぶら さ とう かたくりこ じゃがいも	しょうが にんにく たまねぎ にんじん	317	16.0	●むし歯を予防する。 ●食べ物を消化・吸収しやすくする。
25	木		ぶどうコッペパン いかのカレーあげ(2) えだまめサラダ(ノンエッグマヨネーズ)	いか	ぶどうパン かたくりこ あぶら ノンエッグマヨ ネーズ	しょうが にんにく えだまめ キャベツ にんじん アスパラガス	326	16.5	●脳の働きを良くする。
26	金		チョコチップまるパン ぶたにくのチリソース ツナポテト	ぶたかたローズにく ツ ナ	チョコチップパン さと う かたくりこ ごまあ ぶら あぶら じゃがいも	にんにく しょうが ながねぎ たまねぎ にんじん ピーマン	411	14.5	など... まずは、一口15回を目標 にして、かんでみましょう!
29	月		ココアコッペパン フライドチキン かいそうサラダ(あおじそドレッシング)	とりももにく かいそう ミックス	ココアパン かたくりこ こむぎこ あぶら	セロリ しょうが にんにく だいこん キャベツ サラダこんにゃく	317	17.8	
30	火		くろざとうコッペパン ぶたにくのノンエッグマヨネーズや き ジャーマンポテト	ぶたかたローズにく ベーコン	くろざとうパン ノン エッグマヨネーズ オリーブあぶら じゃがいも	にんにく たまねぎ にんじん いんげん	362	16.7	給食では、東大和市 産の地場野菜も使用 しております。

*都合により、献立や材料等を変更することがありますのでご了承ください。
*学校により給食の実施日は異なります。
*小学校のエネルギー・蛋白質は中学年量です。

《6月の給食について》

※6/1(月)～6/12(金)は給食がありません。

今月の給食は、新型コロナウイルスの感染防止対策として、以下の対応をさせていただきます。

- 献立内容について
配膳時のリスクを減らすために、パン(個包装)とおかず2品のみの提供とさせていただきます。
- おかずの提供方法について
 - 分散登校の期間
おかずを一人分ずつパックに詰めて提供します。
※衛生管理上の観点から、給食の持ち帰りは禁止といたしますのでご理解をお願いします。
 - 分散登校終了後
おかずをクラスで教職員等が食器に盛り付けます。
- 飲み物について
飲み残しを処理する際、飛沫感染のリスクがあることから、飲み物の提供はありません。
ご家庭から、お茶等の飲み物(水筒)をご持参ください。

ご理解、ご協力のほど、
よろしくお願いいたします。



*六月分の給食費は六月二十二日(月)に引き落としします。残高確認をお願いします。