

6月の予定献立表

令和2年度

日 曜	パ ン	牛 乳	給食回数 12回 給食目標…ていねいに手を洗おう			※こんだてメモ	
			こんだてめい	ざいりょうのはたらき			
			ちからやねつに なるもと(き)	ちやにくに なるもと(あか)	からだのちようしを とのえるもと(みどり)		
15	ソフト フランス	○	チキンマカロニグラタン キャベツのスープに	★ソフトフランスパン ★マカロニ あぶら ★こむぎこ ★バター ★パンこ	★いんようぎゅうにゅう ★とりにく ★ぎゅうにゅう ★なまクリーム ★チーズ ★ベーコン ★ぶたにく	たまねぎ マッシュルーム ブロッコリー キャベツ にんじん たまねぎ セロリー さやえんどう	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> 今月の立川産 ・たまねぎ ・キャベツ ・きゅうり ・だいこん ・にんにく </div>
16	火	○	カレーライス ももゼリー	こめ むぎ ★こむぎこ さとう あぶら じゃがいも ★バター (みずあめ さとう)	★いんようぎゅうにゅう ★ぶたにく ★チーズ	たまねぎ にんじん にんにく しょうが トマト (★もも)	
17	水	○	ジャージャーめん わかめスープ	★ちゅうかめん あぶら さとう でんぶん ★ごまあぶら	★いんようぎゅうにゅう ★ぶたにく ★だいず ★みそ わかめ ★とりにく	たけのこ にんじん たまねぎ しいたけ ねぎ にんにく しょうが はくさい ★もやし チンゲンサイ	
18	ピザ トースト	○	ポトフ こんにやくゼリーいり ミックスフルーツ	★しよくパン あぶら じゃがいも	★いんようぎゅうにゅう ★ベーコン ★チーズ ★とりにく ★ウインナー	たまねぎ ピーマン マッシュルーム にんにく かぶ にんじん セロリー ねぎ ★りんご ★もも ようなし (こんにやく かぼちゃ にんじん)	
19	金	○	やきにくどん かぼちゃのみそする	こめ むぎ あぶら さとう ★ごまあぶら ★ごま でんぶん	★いんようぎゅうにゅう ★ぶたにく ★あぶらあげ ★みそ	しょうが にんにく たまねぎ にんじん ピーマン かぼちゃ エリンギ こまつな	
22	月	○	ごはん さわらのさいきょうやき にくどうふ	こめ さとう あぶら	★いんようぎゅうにゅう さわら ★みそ ★とうふ ★ぶたにく	しょうが たまねぎ にんじん しいたけ ねぎ こまつな こんにやく	
23	オレンジ むしパン	○	やきそば ポーミータン (ちゅうかふう コーンたまごスープ)	★ちゅうかめん あぶら でんぶん ★ホットケーキミックス さとう	★いんようぎゅうにゅう ★ぶたにく ★とりにく ★たまご	キャベツ にんじん ★もやし ピーマン とうもろこし たまねぎ みかん	
24	水	○	キャロットライス ポークストロガノフ くきわかめとキャベツのサラダ (わふうドレッシング)	こめ あぶら ★こむぎこ ★バター (さとう あぶら でんぶん)	★いんようぎゅうにゅう ★ぶたにく ★なまクリーム くきわかめ	にんじん たまねぎ ピーマン マッシュルーム にんにく しょうが トマト キャベツ きゅうり とうもろこし (うめしそ)	
25	木	○	ぶたキムチごはん ポテトはるまき とうふいりちゅうかスープ	こめ ★ごまあぶら ★はるまきのかわ じゃがいも あぶら	★いんようぎゅうにゅう ★ぶたにく ★ハム ★チーズ ★とうふ ★とりにく (こんぶ)	キムチ(はくさい だいこん にんじん にら ねぎ にんにく しょうが) にら にんじん にんにく とうもろこし はくさい チンゲンサイ ねぎ しょうが	
26	金	○	ごはん とうふハンバーグ(わふうソース) キャベツとあぶらあげのみそする	こめ ★パンこ さとう でんぶん あぶら	★いんようぎゅうにゅう ★ぶたにく ★とうふ ★おから ★あぶらあげ ★みそ	たまねぎ ねぎ キャベツ さやえんどう	
29	月	○	スパゲッティミートソース ポイルやさい(しお)	★スパゲッティ あぶら ★こむぎこ ★バター さとう じゃがいも	★いんようぎゅうにゅう ★ぶたにく ★だいず ★チーズ	にんじん たまねぎ セロリー マッシュルーム にんにく しょうが トマト ブロッコリー とうもろこし ★えだまめ	
30	火	○	きんぴらごはん ※ししゃものからあげ さつまじる	こめ あぶら さとう ★こむぎこ でんぶん さつまいも	★いんようぎゅうにゅう ★とりにく ししゃも ★ぶたにく ★とうふ ★みそ	ごぼう にんじん しいたけ さやいんげん だいこん ねぎ こまつなこんにやく	

今月の立川産
・たまねぎ
・キャベツ
・きゅうり
・だいこん
・にんにく

※ししゃもは
1.2ねん 1び
3~6ねん 2び です。

★印はアレルギー物質を含んだ食品です。
今まで食べたことがない食品がある場合は、ご注意ください。
*柑橘類(オレンジ)のアレルギー表示については、
ネーブルオレンジ・バレンシアオレンジのみ★印をつけてお知らせします。
*材料の都合により献立が変更になることもあります。
*献立表記について・・・教室に掲示するため、1年生でも読めるように「ひらがな」
表記になっています。

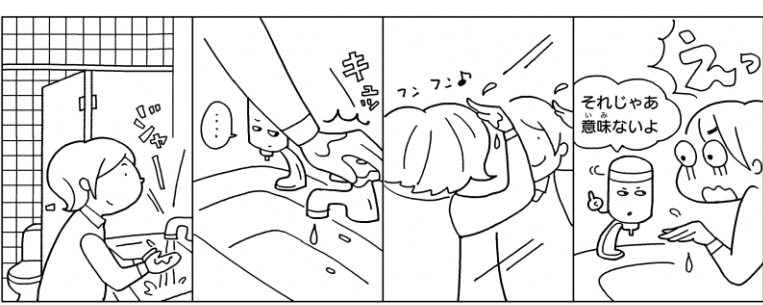
中学年(3・4年生)	エネルギー	たんぱくしつ
今月の平均	622kcal	摂取エネルギー全体の 15%
国の基準	650kcal	摂取エネルギー全体の 13~20%

保護者の皆様へ

立川市では、食物アレルギーのある児童について、学校給食における食物アレルギー対応を行っています。食物アレルギーがある場合は、学校へお申し出ください。
アレルギー事故を未然に防ぐため、立川市の学校給食では「ピーナッツ・くるみ・アーモンド・カシューナッツ」は使用しません。ただし、加工品の場合、原材料に使用されなくても、同一工場内でナッツ類を使用した製品を製造していることがあります。

学校給食の実施に当たりましては、文部科学省の通知を受け新型コロナウイルス感染防止のため、本市として給食時に配膳しやすい献立としています。通常よりエネルギー・たんぱく質等の栄養価が低くなっておりますが、感染を防止するための対応となりますので、ご理解いただけますようお願いいたします。
学校給食課

*給食費の引き落としについて・・・6、7月の給食費は7月に徴収いたします。詳細は別途お知らせします。



手をふくのは
タオルかハンカチで
皮膚や髪の毛には細菌などがついていて、その中には食中毒の原因菌がいる場合もあります。手洗いの後に髪の毛や服を触ったら、手洗いの効果がありません。手洗いの後は清潔なタオルなどでふきます。

感染を予防するためにも、石けんを使ってよく手を洗いましょう。指先や指と指の間、親指や手首などは洗い残しやすいところなので、特に注意して洗うようにします。