

令和2年 6月献立予定表

日曜	こんだてめい 献立名	牛乳	からだ	ねつ	ちようし	エネルギー kcal たんぱく質 g
			体をつくるもの 赤のなかま	熱や力になるもの 黄のなかま	調子を整えるもの 緑のなかま	
15 月	わかめごはん	○	炊き込みわかめ	精白米		607
	鶏肉の五目あんかけ		鶏肉	でんぷん 砂糖 ごま油 サラダ油		
16 火	わかめごはん	○	炊き込みわかめ	精白米		607
	鶏肉の五目あんかけ		鶏肉	でんぷん 砂糖 ごま油 サラダ油	人参 玉葱 きゃべつ もやし しめじ ゆでたけのこ 干し椎茸	25.8
17 水	高野豆腐のそぼろ丼	○	鶏ひき肉 高野豆腐	精白米 精麦 砂糖 でんぷん サラダ油	人参 長葱 ゆでたけのこ 干し椎茸	575
	野菜の即席煮				人参 きゃべつ きゅうり しょうが	24.9
18 木	高野豆腐のそぼろ丼	○	鶏ひき肉 高野豆腐	精白米 精麦 砂糖 でんぷん サラダ油	人参 長葱 ゆでたけのこ 干し椎茸	575
	野菜の即席煮				人参 きゃべつ きゅうり しょうが	24.9
19 金	チキンカレーライス	○	鶏肉 粉チーズ	精白米 精麦 じゃがいも 小麦粉 バター サラダ油	人参 玉葱 にんにく しょうが グリーンピース トマトケチャップ	641
	ドレッシングサラダ			砂糖 サラダ油	人参 小松菜 玉葱 きゃべつ もやし	23.0
22 月	とりごぼうピラフ	○	鶏肉	精白米 サラダ油	人参 ごぼう マッシュルーム グリーンピース ホールコーン缶	656
	ピザチーズポテト		ベーコン ピザチーズ	じゃがいも サラダ油	玉葱 トマトピューレ トマトケチャップ	
	カラフルサラダ			砂糖 サラダ油	きゃべつ きゅうり 赤ピーマン 黄ピーマン もやし	

(12回) 台東育英小学校

日曜	こんだてめい 献立名	牛乳	からだ	ねつ	ちようし	エネルギー kcal たんぱく質 g
			体をつくるもの 赤のなかま	熱や力になるもの 黄のなかま	調子を整えるもの 緑のなかま	
23 火	七穀ごはん	○		精白米 七穀(麦2種・きび・ あわ・アマランサス・ 玄米胚芽・ごま)		621
	和風酢豚		豚肉	じゃがいも でんぷん 砂糖 サラダ油		
24 水	不思議な目玉焼き		粉寒天 調理用牛乳	砂糖	黄桃缶ハーフ	23.5
25 木	麻婆豆腐丼	○	豚ひき肉 豆腐 みそ	精白米 精麦 でんぷん 砂糖 ごま油 サラダ油	人参 小松菜 長ねぎ ゆでたけのこ にんにく しょうが 干し椎茸	631
	茎わかめの中華和え		茎わかめ	砂糖 ごま油 サラダ油	玉葱 きゃべつ きゅうり レタス	27.5
26 金	ソース焼きそば	○	豚肉 青のり	蒸し中華麺 サラダ油	人参 きゃべつ もやし	586
	じゃがいもとエリンギのソテー		じゃがいも サラダ油	人参 玉葱 ピーマン エリンギ		
27 土	つぶつぶオレンジゼリー		粉寒天	砂糖	みかん缶 オレンジジュース	22.4
	セサミパン		セサミパン			
28 日	マカロニグラタン	○	鶏肉 豆乳 調理用牛乳 粉チーズ	マカロニ パン粉 小麦粉 バター サラダ油	玉葱 しめじ マッシュルーム パセリ	625
	コーンサラダ			三温糖 サラダ油	人参 きゃべつ きゅうり ホールコーン缶	24.0
29 月	昆布ごはん	○	大豆 油揚げ 刻み昆布	精白米 もち米	人参	600
	鮭のちゃんちゃん焼き		生鮭 みそ	サラダ油	玉葱 きゃべつ しめじ えのきたけ	
30 火	小松菜のごまだれ煮		砂糖 ねりごま 白ごま	小松菜 きゃべつ もやし		29.7
	スパゲティミートソース	○	豚ひき肉 鶏ひき肉 粉チーズ	スパゲティ 砂糖 サラダ油	人参 玉葱 しょうが マッシュルーム ホールトマト缶 トマトペースト トマトピューレ トマトケチャップ	610
ラビゴットサラダ			砂糖 ごま油	人参 玉葱 ピーマン トマト きゅうり 大根	28.0	

★新型コロナウイルス感染症対策のため、簡易給食になります。

また、ご家庭から箸、スプーンをご持参ください。

(毎日持ち帰り、洗浄をお願いいたします。)

★15日・16日、17日・18日は分散登校になるため同献立になります。



※献立は、学校行事、その他の都合で変更することがあります。

※衛生管理上、果物以外の食材はサラダを含めてすべて加熱しています。

※料理名を右にたどると、その料理に使われている材料と働きがわかります。

※給食の放射能検査結果は、台東区のホームページに報告が記載されています。

