



# 6月予定献立表

6月の給食目標  
衛生に気を付けよう

日	牛乳	授業	地産地消の献立	献立	赤の仲間・ 血や肉になる	黄の仲間・ 熱や力の元になる	緑の仲間・ 体の調子を整える	エネルギー	
								たんぱく質	
15月	○	通常		カレーライス 海藻と大根のサラダ 桃ゼリー	豚肉 牛乳 海草ミックス かつお節 刻みのり 粉寒天	米 押麦 サラダ油 じゃがいも 有塩バター 薄力粉 白ごま(いり) ごま油 三温糖 上白糖	にんにく しょうが 玉葱 にんじん だいこん ピーチジュース 黄桃缶	814 kcal	25.2 g
16火	○	通常	小松菜	キムチチャーハン パリパリサラダ 卵スープ	豚肉 牛乳 鶏肉 油揚げ 鶏卵	米 押麦 サラダ油 白ごま(いり) ワンタンの皮 上白糖 でん粉	にんじん はくさいキムチ ピーマン キャベツ きゅうり ホールコーン 玉葱 こまつな	758 kcal	29.4 g
17水	○	通常		丹後のまつぶた寿司 さつまい汁 冷凍パイ	さば水煮 鶏卵 牛乳 鶏肉 赤みそ 白みそ	米 三温糖 白ごま(いり) サラダ油 さつまいも	干し椎茸 にんじん かんぴょう きぬさや だいこん 葉ねぎ 冷凍パイ	745 kcal	27.2 g
18木	○	通常	小松菜	五目あんかけ焼きそば もちもちチーズポテト 冷凍みかん	豚肉 むきえび いか うずら卵 牛乳 サラダチーズ	蒸し中華めん サラダ油 でん粉 じゃがいも	しょうが にんじん 玉葱 たけのこ こまつな キャベツ もやし 干し椎茸	847 kcal	33.8 g
19金	○	通常	小松菜	焼肉丼 もやしの胡麻酢和え しめじ・かぶのみそ汁	豚肉 牛乳 カットわかめ 油揚げ 白みそ	米 押麦 サラダ油 しらたき 三温糖 でん粉 白ごま(すり) ごま油	しょうが 玉葱 長ねぎ こまつな もやし にんじん きゅうり ほんしめじ かぶ	807 kcal	35.6 g
22月	○	45分授業	小松菜	麦ご飯 あじの南蛮漬け 野菜のゴマドレッシング 大根のみそ汁	牛乳 あじ 絹ごし豆腐 白みそ	米 押麦 薄力粉 でん粉 三温糖 白ごま(いり) 上白糖 サラダ油	長ねぎ 赤ピーマン 黄ピーマン もやし にんじん こまつな きゅうり だいこん 玉葱 だいこん葉	749 kcal	31.8 g
23火	○	通常	小松菜	アマトリチャーナ風スパゲティ イタリアンサラダ パンナコッタ	ベーコン 粉チーズ 牛乳 粉寒天 生クリーム	スパゲッティ オリーブ油 サラダ油 上白糖 有塩バター 薄力粉	鷹の爪 にんにく 玉葱 にんじん トマト缶 パセリ キャベツ 赤ピーマン ブロッコリー こまつな レモン汁 オレンジジュース	781 kcal	24.5 g
24水	○	通常		チンジャオロース丼 とら豆とわかめのサラダ 冷凍アップル	豚肉 牛乳 とら豆 カットわかめ	米 押麦 サラダ油 でん粉 三温糖 ごま油	しょうが にんにく たけのこ 玉葱 にんじん ピーマン キャベツ きゅうり 冷凍アップル	750 kcal	25.9 g
25木	○	通常	小松菜	ビビンバ風混ぜご飯 チャプチェ フルーツごま白玉	豚肉 赤みそ 牛乳	米 押麦 ごま油 三温糖 サラダ油 白ごま(いり・すり) 春雨 白玉粉 上白糖	だいずもやし こまつな にんにく しょうが 枝豆 チンゲンツアイ もやし にんじん 干し椎茸 黄桃缶 みかん缶 パイン缶	782 kcal	27.4 g
26金	○	通常	小松菜	ゆかりご飯 魚のコーンフレーク焼き 切り干し大根のごま和え じゃがいものみそ汁	牛乳 さけ ヨーグルト 粉チーズ 油揚げ 白みそ	米 マヨネーズ コーンフレーク 白ごま(いり) 三温糖 ごま油 じゃがいも	切干しだいこん にんじん キャベツ こまつな ホールコーン だいこん 長ねぎ だいこん葉	779 kcal	35.3 g
29月	○	通常		高菜じゃこチャーハン きびなごの唐揚げ タイピーエン風スープ	ちりめんじゃこ 鶏卵 牛乳 きびなご 豚肉 ほたて うずら卵	米 押麦 サラダ油 白ごま(いり) でん粉 三温糖 春雨 ごま油	しょうが 長ねぎ たかな漬 にんじん 玉葱 キャベツ にはら	754 kcal	28.1 g
30火	○	通常		セサミトースト フレンチサラダ ミネストローネ	牛乳 ベーコン 豚肉 いんげんまめ	食パン 有塩バター グラニュー糖 ねりごま 白ごま(すり・いり) サラダ油 上白糖 じゃがいも	にんにく しょうが にんじん 玉葱 トマト缶 パセリ キャベツ きゅうり	743 kcal	25.4 g

\*食材料の都合により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。

\*収穫の状況により、「地産地消の食材」が変更になる場合があります。ご了承ください。

## ★感染症予防のために...

いろいろな病気の原因となるウイルスは、目に見えないくらい小さく、つばや咳・くしゃみにのって人からうつることがあります。自分への感染を防ぎ、他の人へ感染を広めないために、給食時間は以下のことを守りましょう。

### ～給食前～

- 手をよく洗う。
- 給食当番は白衣・帽子・マスクを必ず着用する。
- 白衣を着たままトイレにいったりしない。

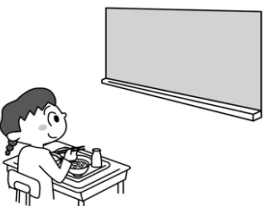


### ～配膳中～

- 自分の分は自分で配膳する。
- 配膳を受けるときは、前の人との間隔を十分空ける。
- 配膳が終わるまでマスクをつけ、座って静かに待つ。
- 給食に必要なものは机の上に置かない。

### ～給食時間中にできること～

- 前を向いて食べる。
- よくかんで、口をとじて食べる。
- 友達とおかずなどを交換しない。



### ～片付け～

- 自分の分は自分で片付ける。
- 給食後は手をよく洗う。

