



# 令和2年 6月 献立表

給食マナー目標：新しい給食のマナーを知ろう

港区立東町小学校長 羽田野庸史

給食栄養目標：よくかんで、じょうぶな歯をつくろう

学校栄養指導員 小出 紋子

日	曜日	献立名	牛乳	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	その他	1人あたり Kcal	たんぱく質 g
1	月	給食なし							
2	火	給食なし							
3	水	給食なし							
4	木	給食なし							
5	金	給食なし							
8 ・ 9	月 ・ 火	ヒヨコ豆入りドライカレー	○	豚肉,ヒヨコ豆	精白米,サラダ油,小麦粉	にんにく,しょうが,玉ねぎ,人参 ピーマン,トマト缶	塩,カレー粉 赤ワイン,こしょう トマトケチャップ ウスターソース	688	21.8
		ツナコロッケ		ツナ	揚げ油,じゃが芋,小麦粉,パン粉	玉ねぎ,人参	塩,中濃ソース		
		ベジタブルソテー			サラダ油	人参,玉ねぎ,グリーンピース,ホールコーン	塩,こしょう		
10	水	白飯	○		精白米			644	27.4
		鶏肉の照り焼き		鶏肉	油,三温糖,でん粉	しょうが	醤油,酒,みりん		
		付け合わせ (ブロッコリー・ミニトマト)				ブロッコリー,ミニトマト			
		玉子焼き		鶏卵	三温糖,サラダ油		醤油,塩,みりん だし汁		
		五目きんぴら			サラダ油,こんにゃく,三温糖,白ごま	ごぼう,人参,れんこん	みりん,醤油 一味唐辛子		
11 ・ 12	木 ・ 金	ビビンバ	○	豚肉,鶏卵	精白米,ごま油,三温糖,白ごま,サラダ油	にんにく,しょうが,長ねぎ,ぜんまい 豆もやし,小松菜	醤油,トウバンジャン 塩,酢	698	24.8
		春巻			揚げ油,春巻きの皮,緑豆春雨,でん粉 ごま油	しょうが,人参,キャベツ,長ねぎ たけのこ,干しいたげ,にら	酒,塩,こしょう,醤油		
15 ・ 16	月 ・ 火	スパゲティ・ビーンズミート	○	豚肉,大豆	サラダ油,小麦粉,オリーブ油,スパゲティ	にんにく,しょうが,玉ねぎ,人参,トマト ジュース	赤ワイン,塩 こしょう,ナツメグ トマトケチャップ トマトピューレ ウスターソース	628	24.0
		コールスローサラダ (マスタードドレッシング)			サラダ油,三温糖	人参,キャベツ,きゅうり,玉ねぎ	酢,塩,こしょう 粒マスタード		

## 分散登校スケジュール

月	火	水	木	金
8	9	10	11	12
1A・2A・3A 5A・6A	1B・3B 4A・5B・6B	2B・3A 4B・5A	1A・2A・3B 4A・6A	1B・2B 4B・5B・6B
15	16	17	18	19
1A・2A・3A 5A・6A	1B・3B 4A・5B・6B	2B・3A 4B・5A	1A・2A・3B 4A・6A	1B・2B 4B・5B・6B
22	23	24	25	26
1A・2A・3A 5A・6A	1B・3B 4A・5B・6B	2B・3A 4B・5A	1A・2A・3B 4A・6A	1B・2B 4B・5B・6B
29	30			
A	B			

## 分散登校中(6月)の給食について

給食は6月8日(月)より開始します。  
 配膳の過程での感染予防のため、6月8日(月)から12日(金)までは、給食室において弁当容器に盛り付けをして提供します。  
 6月15日(月)から30日(火)までは、使用食器を減らした献立で適切な栄養摂取ができるようにし、各教室で教職員が配膳を行います。  
 献立に関しては、A・Bグループがなるべく同じメニューでの提供に努めておりますが、登校スケジュールの関係で一部食べられない献立があります。ご了承ください。なお、一人の児童が6月中に同じ献立を食べることがないようにしています。  
 喫食の際は、飛沫を飛ばさないように、机を前向きにして喫食を行い、会話を控えるよう指導いたします。

～保護者の皆様へ～

今年度の給食費の口座振替日、金額などについては後日、お知らせします。

長期にわたる欠席で、連続して5食以上欠食する場合は、欠席予定の10日前までに学級担任を通じてご連絡ください。1週間前までに所定の様式に記入し、手続きをされた場合にのみ返金対象と

なります。期日を過ぎてのご連絡・手続きは返金対象となりませんので、ご注意ください。欠席期間の変更がある場合は、必ず、担任までご連絡ください。

日	曜日	献立名	牛乳	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	その他	エネルギー Kcal	たんぱく質 g	
17 ・ 18	水 ・ 木	海鮮中華丼	○	いか,えび	精白米,サラダ油,でん粉	しょうが,玉ねぎ,人参,たけのこ 干しいたけ,白菜,チンゲンサイ,長ねぎ	醤油,酒,鶏がら 塩,こしょう オイスターソース	588	19.0	
		春雨の中華サラダ		春雨,サラダ油,ごま油	人参,キャベツ,きゅうり	酢,塩,醤油,ラー油				
		アップルゼリー		寒天	上白糖	りんごジュース				
19 ・ 22	金 ・ 月	高野ご飯	○	鶏肉,高野豆腐	精白米,もち米,こんにゃく,三温糖	干しいたけ,人参,ごぼう,サヤエンドウ	だし削り節,酒 みりん,醤油	551	22.0	
		鉄骨サラダ		ひじき,ちりめんじゃこ	三温糖,サラダ油,ごま油,白ごま	キャベツ,きゅうり,大根	塩,醤油,酢,こしょう 酒			
23 ・ 24	火 ・ 水	チャーハン	○	豚肉,鶏卵	精白米,サラダ油,三温糖	人参,干しいたけ,長ねぎ,グリーンピース	酒,塩,醤油,こしょう 酢	582	20.7	
		ワンタンスープ		豚肉	ワンタンの皮,ごま油	しょうが,人参,白菜,もやし,長ねぎ 小松菜	鶏がら,醤油,酒,塩 こしょう			
25 ・ 26	木 ・ 金	フィッシュバーガー	○	メルルーサ,鶏卵	丸パン,サラダ油,小麦粉,パン粉	キャベツ	塩,こしょう トマトケチャップ ウスターソース	622	29.5	
		鶏と野菜のクリーム煮		鶏肉,牛乳	揚げ油,じゃが芋,サラダ油,小麦粉	人参,玉ねぎ,キャベツ,しょうが	白ワイン,鶏がら,塩 こしょう,ペイリーフ			
29 ・ 30	月 ・ 火	世界各国の料理を食べよう ☆イタリア☆								
		手作りピザ(ツナ&コーン)	×	ツナ,チーズ	強力粉,上白糖,オリーブ油,サラダ油	トマト缶,にんにく,玉ねぎ,ホールコーン ピーマン	ドライイースト,塩 こしょう,オレガノ	553	23.9	
		ミネストローネ	×	ベーコン,いんげん豆	サラダ油,じゃが芋,マカロニ	にんにく,玉ねぎ,人参,セロリ,キャベツ トマト缶,しょうが,トマトジュース	赤ワイン,鶏がら トマトピューレ 塩,こしょう ペイリーフ,バジル タイム			
		ドリンクヨーグルト		ドリンクヨーグルト						

☆都合により献立を変更することがあります。ご了承ください。



忘れずに準備しましょう♪



- ・給食の準備の時に、全員マスクを着用します。
- ・衛生的に食事の準備をするだけでなく、風邪などの予防にもつながります。
- ・毎週、きれいなランチョンマットと一緒にマスクの用意をしてください。
- ・マスクの種類は使い捨てタイプでもガーゼタイプでも、どちらでもよいです。
- ・ご協力よろしくお願いします。

きょうの給食は何かな？

★献立表は冷蔵庫など、見やすい場所に貼っておくことをおすすめします。

給食の献立や食べた時の様子などをお子さんと話しましょう。

また、毎日の献立に目を通し、朝食や夕食と重ならないようにしましょう。



給食室のメンバー紹介！

学校栄養指導員 小出

【調理業務委託：フジ産業】

調理員 伊藤・浅野・五十嵐・東福・小山・和田・東田・風間・松浦

