

令和2年

# 6月 給食カレンダー

品川区立台場小学校

校長 木村 巳典

栄養士 大田奈津紀

てあらいをして  
せいけつにしよう!

今月の  
☆きゅうしょくのもくひょう

日 / 曜	献立		旬の 食材	あか 血や肉に なる食品	きいろ 力や熱に なる食品	みどい 体の調子を 整える食品	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
	牛乳	主食					
1 月		ごもくごはん ◎ バナナ		とりにく あぶらあげ ぎゅうにゅう	ごはん さとう	しいたけ にんじん たけのこ ぎやいんげん バナナ	473 14.3
2 火		ごもくごはん ◎ バナナ		とりにく あぶらあげ ぎゅうにゅう	ごはん さとう	しいたけ にんじん たけのこ ぎやいんげん バナナ	473 14.3
3 水		ちゅうかどん ◎ れいとうみかん		ぶたにく いか ぎゅうにゅう	ごはん あぶら	たまねぎ にんじん たけのこ はくさい みかん	502 19.2
4 木		ちゅうかどん ◎ れいとうみかん		ぶたにく いか ぎゅうにゅう	ごはん あぶら	たまねぎ にんじん たけのこ はくさい みかん	502 19.2
5 金		ドライカレー ◎ フルーツゼリー		ぶたにく だいず ぎゅうにゅう	ごはん さとう こむぎこ あぶら	にんにく しょうが セロリ にんじん たまねぎ りんご みかん パイナップル	632 19.4
8 月		ドライカレー ◎ フルーツゼリー		ぶたにく だいず ぎゅうにゅう	ごはん さとう こむぎこ あぶら	にんにく しょうが セロリ にんじん たまねぎ りんご みかん パイナップル	632 19.4
9 火		สปาゲティピザふうソース ◎ メロン		ぶたにく だいず ぎゅうにゅう チーズ	สปาゲティ こむぎこ あぶら	パセリ にんにく たまねぎ にんじん マッシュルーム トマト メロン	556 22.3
10 水		สปาゲティピザふうソース ◎ メロン		ぶたにく だいず ぎゅうにゅう チーズ	สปาゲティ こむぎこ あぶら	パセリ にんにく たまねぎ にんじん マッシュルーム トマト メロン	556 22.3
11 木		カレーミートドッグ フライドポテト		ぶたにく だいず ぎゅうにゅう チーズ	パン ジャがいも パンこ あぶら	にんにく しょうが たまねぎ にんじん	554 21.8
12 金		カレーミートドッグ フライドポテト		ぶたにく だいず ぎゅうにゅう チーズ	パン ジャがいも パンこ あぶら	にんにく しょうが たまねぎ にんじん	554 21.8

エネルギーとたんぱく質は、3・4年生の栄養価です。1・2年生は0.9を、5・6年生は1.1をそれぞれ3・4年生の栄養価にかけて換算して下さい。

◇献立は、行事や食材の都合で変更する場合があります。ご了承下さい。 ◎ はデザートです。

※ 15日(月)からの献立については、後日お知らせいたします。