

6月こんだてよていひょう

令和2年6月1日発行

港区立芝浦小学校

校長 三浦 和志

栄養士 須藤 道子

倉澤 智早



**6月の給食にはアレルギー食材を使っていません。
乳アレルギーの児童は、飲み物（お茶か水）をお持ちください。**

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	調味料	エネルギー たんぱく質
8月	カレーライス		鶏肉, 鶏手羽先	精白米, 油, ジャガイモ, 薄力粉	にんにく, しょうが, 玉ねぎ, 人参	赤ワイン, 鶏がら, カレー粉, 塩, ペイリーフ, ガラムマサラ, トマトケチャップ, ウスターソース	691 kcal
	キャベツとコーンのサラダ			油	人参, キャベツ, きゅうり, とうもろこし, 玉ねぎ	米酢, 塩, こしょう	23.1 g
9月	混ぜご飯		油揚げ, ひじき	精白米, もち米, 油	人参, 干ししいたけ, 枝豆	酒, 塩, 薄口醤油, みりん	570 kcal
	魚の香味焼き		さわか	上白糖	しょうが	醤油, みりん, 酒	25.8 g
	具沢山味噌汁		みそ, みそ, 豆腐	こんにゃく	人参, ごぼう, 小松菜, 長ねぎ	だし昆布, だし削り節	
10月	ワカメご飯		わかめごはんの素	精白米			523 kcal
	サケの塩焼き		さけ	油		塩	26.2 g
11月	豚汁		豚肉, みそ, みそ	油, ジャガイモ, こんにゃく	ごぼう, 人参, 大根, ほんしめじ, 長ねぎ, 小松菜	酒, だし削り節, だし昆布	
	スタミナ丼		豚肉	精白米, 油, 上白糖, でん粉	にんにく, しょうが, 玉ねぎ, だけのこ, ビーマン, 赤ビーマン	酒, 醤油, 塩, こしょう	597 kcal
12月	ワカメスープ		鶏手羽先, 豆腐, わかめ	ごま油	しょうが, 長ねぎ	鶏がら, 塩, こしょう, 醤油	24.1 g
	ｶﾞｯﾀｰﾊﾞｰﾄﾞﾘｰｽ		豚肉	油, 薄力粉, 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, トマトケチャップ, トマトピューレ, ウスターソース, タバスコ	594 kcal
15月	フレンチサラダ			油	人参, キャベツ, きゅうり, 玉ねぎ	米酢, 塩, こしょう	22.7 g
	混ぜご飯		油揚げ, ひじき	精白米, もち米, 油	人参, 干ししいたけ, 枝豆	酒, 塩, 薄口醤油, みりん	570 kcal
	魚の香味焼き		さわか	上白糖	しょうが	醤油, みりん, 酒	25.8 g
16月	カレーライス		鶏肉, 鶏手羽先	精白米, 油, ジャガイモ, 薄力粉	にんにく, しょうが, 玉ねぎ, 人参	赤ワイン, 鶏がら, カレー粉, 塩, ペイリーフ, ガラムマサラ, トマトケチャップ, ウスターソース	691 kcal
	キャベツとコーンのサラダ			油	人参, キャベツ, きゅうり, とうもろこし, 玉ねぎ	米酢, 塩, こしょう	23.1 g
17月	ワカメご飯		わかめごはんの素	精白米			523 kcal
	サケの塩焼き		さけ	油		塩	26.2 g
18月	豚汁		豚肉, みそ, みそ	油, ジャガイモ, こんにゃく	ごぼう, 人参, 大根, ほんしめじ, 長ねぎ, 小松菜	酒, だし削り節, だし昆布	
	ｶﾞｯﾀｰﾊﾞｰﾄﾞﾘｰｽ		豚肉	油, 薄力粉, 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, 水, 塩, こしょう, トマトケチャップ, トマトピューレ, ウスターソース, タバスコ	594 kcal
19月	フレンチサラダ			油	人参, キャベツ, きゅうり, 玉ねぎ	米酢, 塩, こしょう	22.7 g
	スタミナ丼		豚肉	精白米, 油, 上白糖, でん粉	にんにく, しょうが, 玉ねぎ, だけのこ, ビーマン, 赤ビーマン	酒, 醤油, 塩, こしょう	597 kcal
22月	ワカメスープ		鶏手羽先, 豆腐, わかめ	ごま油	しょうが, 長ねぎ	鶏がら, 塩, こしょう, 醤油	24.1 g
	チキンライス		鶏肉	精白米, 油	玉ねぎ, 人参, マッシュルーム, ホールコーン, グリンピース	塩, パプリカ, 白ワイン, こしょう, トマトピューレ, トマトケチャップ	582 kcal
23月	スープジュリエヌ		鶏手羽先, ベーコン	じゃが芋	しょうが, 人参, 玉ねぎ, パセリ	鶏がら, 塩, ペイリーフ, こしょう	19.5 g
	オレンジゼリー		寒天	上白糖	オレンジジュース		
24月	マーボー丼		豚肉, 鶏手羽先, みそ, ハチミツ, 豆腐	精白米, 油, 三温糖, でん粉, ごま油	にんにく, しょうが, 人参, 長ねぎ, なら	酒, 鶏がら, 醤油	614 kcal
	中華スープ		鶏手羽先, 豚肉	油	しょうが, 白菜, 小松菜	鶏がら, 酒, 塩, こしょう, 醤油	26.0 g
25月	ワカメご飯		わかめごはんの素	精白米			523 kcal
	サケの塩焼き		さけ	油		塩	26.2 g
26月	豚汁		豚肉, みそ, みそ	油, ジャガイモ, こんにゃく	ごぼう, 人参, 大根, ほんしめじ, 長ねぎ, 小松菜	酒, 水, だし削り節, だし昆布	
	ハヤシライス		豚肉, 鶏手羽先	精白米, 油, 薄力粉	にんにく, しょうが, 玉ねぎ, 人参, トマトジュース, マッシュルーム	赤ワイン, 鶏がら, 塩, こしょう, トマトケチャップ, ウスターソース	630 kcal
29月	コールスローサラダ			油	人参, キャベツ, きゅうり, とうもろこし, 玉ねぎ	米酢, 塩, こしょう	21.2 g
	チキンライス		鶏肉	精白米, 油	玉ねぎ, 人参, マッシュルーム, ホールコーン, グリンピース	塩, パプリカ, 白ワイン, こしょう, トマトピューレ, トマトケチャップ	582 kcal
30月	スープジュリエヌ		鶏手羽先, ベーコン	じゃが芋	しょうが, 人参, 玉ねぎ, パセリ	鶏がら, 塩, ペイリーフ, こしょう	19.5 g
	オレンジゼリー		寒天	上白糖	オレンジジュース		
31月	マーボー丼		豚肉, 鶏手羽先, みそ, ハチミツ, 豆腐	精白米, 油, 三温糖, でん粉, ごま油	にんにく, しょうが, 人参, 長ねぎ, なら	酒, 鶏がら, 醤油	614 kcal
	中華スープ		鶏手羽先, 豚肉	油	しょうが, 白菜, 小松菜	鶏がら, 酒, 塩, こしょう, 醤油	26.0 g
32月	ハヤシライス		豚肉, 鶏手羽先	精白米, 油, 薄力粉	にんにく, しょうが, 玉ねぎ, 人参, マッシュルーム, トマトジュース	赤ワイン, 鶏がら, 塩, こしょう, トマトケチャップ, ウスターソース	630 kcal
	コールスローサラダ			油	人参, キャベツ, きゅうり, とうもろこし, 玉ねぎ	米酢, 塩, こしょう	21.2 g

★★エネルギー・たんぱく質は中学年の値です。天候などの都合により、食材が一部変更となることがあります。★★
★★すべての児童が同じ給食を食べられるように考慮して献立を立てています。★★

「分散登校中の新しい給食の流れ」

◇給食の流れ◇

- ①給食の前に、石けんで手を洗います。
- ②席に座り、ランチマットの用意をします。
- ③「いただきます」は、担任の先生が言います。児童のみなさんは、言葉で発声せず、心の中であいさつをします。
- ④「いただきます」をした後に、マスクを外します。マスクは、ランチマット袋に入れて、それから給食を食べます。
- ⑤給食時の席は、前向きで、静かに食べます。
- ⑥食べ終わった人から、すぐにマスクをします。
- ⑦食器を片付けたあと、もう一度、手を洗います。

◇その他◇

- 6月の分散登校中は、先生方が、給食の配膳をしますので、給食当番はありません。児童は、給食の白衣も着ません。
- ランチマット袋は、忘れずに持ってきてきましょう。

