



家庭数

6月予定献立表



《今月のめあて》

すばやくみじたくをしよう！

令和2年度 給食回数 12 回 武蔵野市立本宿小学校 給食室

日 曜	こんだて	牛乳	つかうもの(材料)			コメント	ランチルーム
			体をつくる(あか)	力や熱となる(き)	体の調子をととのえる(みどり)		
15月	コッパン コーンチャウダー ツナのあつやきたまご	○	レバーソーセージ ぎゅうにゅう とりがら たまご ツナ ひじき	パン じゃがいも あぶら こむぎこ パター	クリームコーン たまねぎ チンゲンさい セロリ こまつな	長かったお休みの後ですが、生活のリズムを整えて、元気に過ごしましょう！	
16火	AKBごはん さけのおうごんやき きりほしのおんやさい	○	さけ たまご あぶらあげ だしけずり ぎゅうにゅう	こめ こめつぶむぎ あぶら こまあぶら さとう	はくさいキムチ グリーンアスパラ にんじん きりほしだいこん もやし こまつな		
17水	ゆでうどんにくみそあんかけ じゃがいもとベーコンのつつみあげ	○	ぶたにく みそ だしけずり ベーコン ぎゅうにゅう	うどん さとう ごまあぶら でんぶ ぎょうざのかわ じゃがいも なたねあぶら こむぎこ	もやし きゅうり ほししいたけ たけのこ ながねぎ にんじん しょうが たまねぎ		
18木	ごはん みだくさんみそしる ヒレかつ	○	ぶたにく みそ だしけずり ぎゅうにゅう	こめ あぶら こんにやく ごまあぶら こむぎこ パンこ	にんじん ごぼう だいこん ながねぎ こまつな	18日(木) ヒレかつ 長野県安曇野で育った豚を1頭買っています。ヒレの部分フライにします。	
19金	クリームソースかけライス なつやさいのゴロゴログリル	○	とりにく ベーコン ぎゅうにゅう なまクリューム	こめ こめつぶむぎ あぶら こむぎこ パター	パセリ マッシュルーム ホールコーン たまねぎ にんじん グリーンアスパラ セロリ かまちゃ あかピーマン なす ズッキーニ にんにく		
22月	コッパン てりやきチキン やさいスープ	○	とりにく ベーコン とりがら ぎゅうにゅう	パン さとう でんぶ あぶら	しょうが キャベツ たまねぎ にんじん こまつな セロリ にんにく	22日(月) 1年生の給食がはじまります。	
23火	わかめごはん めかじきのあまずあんかけ おんやさい	○	めかじき ゆば あぶらあげ ぎゅうにゅう	こめ こめつぶむぎ あぶら ごまあぶら こむぎこ でんぶ なたねあぶら さとう	ながねぎ もやし にんじん ほうれんそう キャベツ		
24水	おやこどん やさいのきんぴら	○	とりにく たまご だしけずり ぎゅうにゅう	こめ こめつぶむぎ あぶら さとう なたねあぶら	たまねぎ ほししいたけ こまつな だいこん たけのこ ごぼう にんじん	25日(木) とうもろこし 市内でとれたとうもろこしが出ます。当日朝皮をむき、すぐにゆでます。	
25木	やきそばチンジャオロース とうもろこし	○	ぶたにく ぎゅうにゅう	むしちゅうかめん あぶら でんぶ	しょうが にんにく ピーマン たまねぎ もやし たけのこ にんじん とうもろこし		
26金	なつやさいのカレーライス ちゅうかおんサラダ	○	ぶたにく とりがら やきぶた ひじき ぎゅうにゅう	こめ こめつぶむぎ あぶら じゃがいも こむぎこ パター こんにやく さとう ごま	たまねぎ にんじん ズッキーニ セロリ にんにく しょうが キャベツ もやし こまつな	26日(金) 「市内小学校統一 カレーの日」 市内の小学校でじゃがいも、玉ねぎ、にんじん、ズッキーニの夏野菜を使用したカレーが登場します。	
29月	ピザトースト スープに	○	ベーコン チーズ ぶたにく とりがら だしけずり ぎゅうにゅう	パン あぶら じゃがいも	マッシュルーム たまねぎ ピーマン にんじん キャベツ セロリ にんにく		
30火	うめわかごはん おからのつくねやき なすのみそいため	○	こんぶ わかめ とりにく ぶたにく おから ひじき なまあげ みそ ぎゅうにゅう	こめ あぶら でんぶ さとう ごまあぶら	うめほし しょうが なす たまねぎ ピーマン にんじん にんにく		

※材料は全てを表示しているわけではありません。

献立は都合により変更される事もあります。

食事の前はしっかり手を洗おう！

給食、家での食事、外食、たまには野外でお弁当を食べる時もあると思います。どんな場面でも、食べる前には必ず手洗いをしましょう。正しい洗い方ができているか、おうちの人に見てもらいましょう。

《今月の献立について》

- ★新型コロナウイルスによる感染防止に配慮した献立、配食しやすいメニューを取り入れています。
- ★手で食べるパンなどには、ペーパータオルをつけます。
- ★手洗い後、アルコール消毒をして配膳します。

