



6月予定献立表

《今月のめあて》
よくかんでたべよう



令和2年度 6月

給食回数 12 回

武蔵野市立椋野小学校

日 曜	こんだて	牛乳	つかうもの(材料)			コメント
			体をつくる(あか)	エネルギーとなる(き)	体の調子を整える(みどり)	
15 月	いわしのかばやきどん やきぶたおんやさい	○	いわし やきぶた ちりめんじゃこ だしけずり こんぶ ぎゅうにゅう	こめ こめつぶむぎ でんぷん こむぎこ あぶら さとう	しょうが キャベツ さやいんげん にんじん	☆給食が始まります。 2年生～5年生15日から 1年生 22日から 給食が始まります。
16 火	にくもりうどん かてやさい ちくわのいそべあげ	○	ぶたにく だしけずり ちくわ あおのり ぎゅうにゅう	うどん さとう あぶら こむぎこ	もやし ながねぎ しょうが こまつな にんじん だいこん	給食がはじまります!
17 水	ごはん やきメンチカツソースかけ ズッキーニのソテー	○	ぶたにく だいたいず ひじき ベーコン ぎゅうにゅう	こめ パンこ こむぎこ あぶら	たまねぎ にんじん キャベツ ホールコーン もやし ズッキーニ にんにく	☆19日ルーマニア料理 ミティティは、ルーマニアの 家庭料理の一つです。カ レー粉とにんにくがはいっ たハンバーグです。
18 木	うめぼしとじゃこのごはん とりのてりに やさいのピリからいため	○	こんぶ ちりめんじゃこ とりにく さつまあげ ぎゅうにゅう	こめ さとう でんぷん ごまあぶら	しょうが うめぼし キャベツ にんじん チンゲンさい	
19 金	【ルーマニア料理】 ガーリックライス ミティティ アスパラソテー	○	ぶたにく だいたいず ベーコン ぎゅうにゅう	こめ こめつぶむぎ バター あぶら パンこ	にんにく にんじん パセリ たまねぎ キャベツ アスパラ ホールコーン	☆25日「とうもろこし」 市内の農家の方が丹精 込めて育ててくれたとうも ろこしです。甘みのある美 味しいとうもろこしを味わ います。
22 月	さんしょくごはん さつまあげとひじきのいために	○	とりにく たまご ひじき あぶらあげ ぎゅうにゅう	こめ こめつぶむぎ さとう あぶら	さやいんげん にんじん グリーンピース	
23 火	ココアコッパン ささみのつけやき なつやさいのきんぴら	○	とりにく ぎゅうにゅう	パン さとう あぶら でんぷん ごま	しょうが ながねぎ にんじん もやし ピーマン にんにく	
24 水	ごはん まめじゃこ ぶりのてりやき やさいソテー	○	だいたいず かえりにぼし ぶり ちりめんじゃこ ぎゅうにゅう	こめ でんぷん あぶら さとう ごま こんにやく	キャベツ もやし にんじん	
25 木	タンタンとうにゅうつけめん とうもろこし	○	ぶたにく みそ とうにゅう とりがら ぎゅうにゅう	むしちゅうかめん ごまあぶら さとう しろすりごま ごま	もやし にんじん ながねぎ にら しょうが にんにく とうもろこし	☆26日夏野菜カレーの日 市内小中学校統一メ ニューです。夏野菜をたっ ぷり使ったカレーです。
26 金	なつやさいカレーライス ポイルやさい ちゅうかドレッシング	○	ぶたにく とりがら だいたいず ぎゅうにゅう	こめ こめつぶむぎ じゃがいも あぶら バター さとう こむぎこ こんにやくドレッシング	たまねぎ にんじん アスパラ かぼちゃ なす トマト セロリ にんにく しょうが りんご キャベツ こまつな ホールコーン	
29 月	【台湾料理】 ルーローハンどん ナムル	○	ぶたにく ずらたまご ぎゅうにゅう	こめ こめつぶむぎ あぶら さとう でんぷん しろすりごま ごまあぶら	たけのこ たまねぎ ほしいたけ しょうが にんにく ながねぎ だいたいず もやし もやし こまつな にんじん	※給食の放射性物質測 定結果については一般財 団法人給食・食育振興財 団のHPをご覧ください。
30 火	むぎごはん さけのしおやき とまとにくじゃが	○	さけ ぶたにく だしけずり こんぶ ぎゅうにゅう	こめ こめつぶむぎ あぶら じゃがいも こんにやく さとう でんぷん	たまねぎ にんじん さやいんげん トマト ホールトマト	

○・・・牛乳

献立(食材)は一部都合により変更する事もあります。

《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、配食しやすい献立を取り入れています。
- ★1年生の給食開始時に調理員栄養士が配膳のお手伝いをします。
- ★手洗い後、アルコール消毒をして配膳をします。



きれいに手を洗おう!!



石けんをよく泡立てて、手のひらや手の甲をしっかりと洗います。忘れがちな指と指の間、つまめ、手首もよく洗って、水で洗い流します!