



令和2年度 文京区立第六中学校

# 8月 献立表



月			火			水			木			金		
<b>24 始業式</b>			<b>25</b>			<b>26</b>			<b>27</b>			<b>28</b>		
夏野菜カレー コーンサラダ 冷凍みかん 牛乳			明日葉揚げパン ビーンズシチュー 牛乳			麦ごはん 豚肉と厚揚げのみそ炒め ナタデココ入り ブドウゼリー 牛乳			そばろごはん 豚汁 白玉ぜんざい 牛乳			ソース焼きそば ワンタンスープ オレンジソースがけ ミルクプリン 牛乳		
エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)
833	24.2	23.3	751	26.5	29.7	819	31.2	25.2	831	35.8	23.8	712	28.7	22.3

<b>31</b>		
回鍋肉丼 ワカメスープ 冷凍パン 牛乳		
エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)
752	27.8	19.7

※都合により、献立や食材を変更することがあります。あらかじめご了承ください。

学校給食 摂取基準	エネルギー	830Kcal	今月の平均	783
	たんぱく質	27.0~41.5g		29.0
	脂質	18.4~27.6g		24.0