

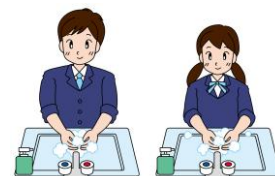
日	献立名	牛乳	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量
22月	チキンカレーピラフ	○	鶏肉	米, 米油, 砂糖	エリンギ, にんじん, 玉ねぎ, ピーマン, 赤ピーマン	762 kcal
	じゃがいものハニーサラダ			じゃがいも, 米油, はちみつ	きゅうり, にんじん, キャベツ	23.7 g
						26.0 g
						2.2 g
23火	じゃこわかめご飯	○	ちりめんじゃこ, わかめ	米, 押麦		813 kcal
	肉じゃが		豚肉	米油, 砂糖, じゃがいも	しらたき, にんじん, 玉ねぎ, さやいんげん	28.7 g
						22.6 g
						2.7 g
24水	ピザトースト	○	ベーコン, ツナ, チーズ	食パン, 米油	にんにく, 玉ねぎ, にんじん, ホールトマト, ピーマン	801 kcal
	ベーコンとキャベツのミルクスープ		ベーコン, 鶏肉, 牛乳	じゃがいも, 生クリーム, コーンスターチ	にんじん, 玉ねぎ, キャベツ, セロリー, パセリ	34.3 g
						37.3 g
						3.5 g
25木	ソースやきそば	○	豚肉, いか, あおのり, かつおぶし	蒸し中華めん, 米油	しょうが, にんじん, 玉ねぎ, キャベツ	807 kcal
	あんじん豆腐		粉寒天, 牛乳	砂糖, 生クリーム	みかん缶, りんご缶, パイン缶, レモン	32.6 g
						23.3 g
						3.3 g
26金	こぎつね寿司	○	鶏肉, 油揚げ, のり	米, 砂糖	にんじん, 糸みつば	820 kcal
	三平汁		さけ, 豆腐, 白みそ,	じゃがいも	しょうが, にんじん, だいこん, こんにゃく, 長ねぎ, こまつな	40.1 g
						27.2 g
						3.1 g
29月	キムチチャーハン	○	豚肉	米, 米油	にんじん, にんにく, しょうが, 長ねぎ, キムチ, ピーマン	829 kcal
	中華コーンスープ		鶏肉, 豆腐, たまご	でんぶん, ごま油	玉ねぎ, ホールコーン, クリームコーン, こまつな	34.3 g
	カップヨーグルト		ヨーグルト			23.8 g
						3.3 g
30火	ツナコーントースト	○	ツナ	食パン, マヨネーズ	玉ねぎ, ホールコーン, パセリ	801 kcal
	ボルシチ		ベーコン, 豚肉	米油, じゃがいも	セロリー, しょうが, にんにく, 玉ねぎ, にんじん, キャベツ, トマトジュース, パセリ	31.9 g
	果物				冷凍みかん	34.8 g
						2.8 g

摂取基準

エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量
830kcal	30.0g	27.7 g	2.5g

〈新型コロナウイルス感染症予防対策の為の給食について〉

6月の献立は、文京区版学校感染症予防ガイドライン【新型コロナウイルス感染症】に従い、一定期間は、配膳の過程を省略できる品数の少ない献立を工夫するとともに、盛り付けは教職員が行うことになりました。衛生面をさらに徹底し、おいしい給食を今年度も提供してまいります。よろしくお祈りいたします。



給食の前には、必ず手を洗いましょう。

