



6月 献立表



月	火	水	木	金												
1	2	3	4	5												
なすミートライス 野菜ドレサダ 牛乳ゼリー 牛乳	チンジャオロース丼 春雨わかめスープ チョレギサラダ 牛乳	きな粉揚げパン風トースト 豆乳クリームシチュー グリーンサラダ 牛乳	魚のひつまぐし風ご飯 野菜たっぷりみそ汁 かみかみ和風サラダ 牛乳	ご飯 ちくわと厚揚げと野菜の煮物 じゃこ入りサラダ 梅ゼリー 牛乳												
888 30.6 32.4	755 33.9 20.7	752 30.0 32.4	791 34.9 27.2	830 36.6 21.8												
8	9	10	11	12												
切り干し大根のビビンバ チンゲン菜とコーンのスープ ゆでとうもろこし 牛乳	カレー風味のきつね丼 トトロかき玉汁 ごまマヨサラダ 牛乳	たこ飯 鯖のタルタル焼き 塩鶏汁 千切り野菜の和え物 牛乳	ご飯 豆腐の中華煮 豆もやしのナムル ミルクティーカン 牛乳	焼きそばパン 青菜とコーンのソテー 豆入り洋風スープ カフェオレゼリー 牛乳												
732 32.0 19.8	886 40.6 33.9	745 35.9 24.4	768 31.5 22.9	752 33.1 24.4												
15	16	17	18	19												
ご飯 南瓜コロッケ 野菜の磯香和え えのきと小松菜のみそ汁 牛乳	豚キムチ丼 レタスと豆腐のスープ ツナと野菜のサラダ 牛乳	トマトの豆乳クリームパスタ ポテトサラダ 果物(バレンシアオレンジ) 牛乳	坦々丼 ピリ辛きゅうり 具だくさんスープ 牛乳	麦ご飯 揚げ魚の和風梅ソース 海藻と野菜のゆかり和え 若竹汁 牛乳												
790 26.7 24.9	749 33.3 19.8	753 30.8 23.0	809 32.4 26.2	746 32.7 24.1												
22	23	24	25	26												
ご飯 ヤンニョムチキン 小松菜とひじきの中華サラダ トマトと卵のスープ 牛乳	タコライス もずくスープ 豆乳プリン~黒蜜ソース~ 牛乳	五目あんかけ焼きそば 大根ときゅうりの中華風和え 果物(カラマングリン) 牛乳	色々お豆のカレーライス あっさりサラダ 果物(冷凍パイナップル) 牛乳	麦ご飯 かつおのしぐれ煮 おあげのサラダ なめこと豆腐のみそ汁 牛乳												
841 32.4 31.8	834 34.7 29.5	750 32.3 20.7	777 29.0 17.9	823 36.6 25.5												
29	30	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> 今月の目標「楽しい給食環境をつくろう」 </div> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <thead> <tr> <th></th> <th>エネルギー (kcal)</th> <th>たんぱく質 (g)</th> <th>脂質 (g)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>基準</td> <td>830</td> <td>30.0</td> <td>25.0</td> </tr> <tr> <td>今月の平均</td> <td>791</td> <td>32.8</td> <td>25.0</td> </tr> </tbody> </table> <p>※献立は都合により変更する場合があります。 ※詳しい食材が入っている献立表が必要な方は、栄養士までご連絡ください。</p>				エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	基準	830	30.0	25.0	今月の平均	791	32.8	25.0
	エネルギー (kcal)				たんぱく質 (g)	脂質 (g)										
基準	830	30.0	25.0													
今月の平均	791	32.8	25.0													
ご飯 肉豆腐 キャベツとひじきの和え物 小松菜ケーキ 牛乳	かき揚げ丼 しそドレサダ 冬瓜とえのきのみそ汁 牛乳															
850 35.1 25.3	785 26.7 22.4															



SDGs未来都市



作年度に引き続き、SDGs 関連事業
豊島区『学校給食における米購入費の補助事業』の一環で、給食の質の向上や食育に取り組んでいます。

今月の給食指導目標
「衛生的な習慣を身に付けよう」

