



今月の給食目標

手洗いと清潔に気を付けよう



日/曜	献立		あか	きいろ	みどり	そのた	エネルギーたんぱく質	給食コメント
	牛乳	主食	血や肉になる	力や熱になる	からだの調子を整える	調味料など	(kcal)たんぱく質(g)	
2月	チキンカレー	キャベツとコーンのスープ	どりにく	ごはん	りんご	トマト	605	6/2(月) [チキンカレー] ペリが蒲田に着いた時、新川線の浦賀駅に来た。ここをきつかけに、日本が世界に向けて進歩を始めた日。お祝いして開港記念日とされています。そこで、浦賀駅で有名なチキンカレーにちなんで、チキンカレーを出します。また、毎日の献立のメニューも出します。楽しみにしてください。
3火	シーフードトマトクリームパスタ	ゆでやさいごまスープ	えび	スパゲティ	ホールトマト	シロイン	590	
4水	じゃことチーズのトースト	こまつなサラダ	のり	しょうゆ	しょうゆ	どりから	588	6/4(水)~6/10(火) 「歯と口の健康週間」は、歯と口の健康週間と、よく働く歯で、おいしさをわかる資料を使ったメニューを1日に1品出します。 「じゃこ」や「じゃこ」、歯が強い「じゃこ」、うまみ成分がたくさん含まれた「じゃこ」、サクサクとした歯がかりのいい「じゃこ」など、たくさん食べてほしい。歯磨きを入れました。どのようなメニューでも、よく働く歯は大切ですが、この健康週間はとくに歯の健康を重視して給食を献立してほしいです。
5木	ごはん	アツフライ	卵	ごはん	りんご	しょうゆ	604	
6金	チャーハン	パリパリひじきわかめスープ	たまご	ごはん	ピーマン	どりから	597	6/11(金) (入梅) この日は、入梅です。入梅とは、二十四節気や五節気の中で、季節の移り変わりを明確に区別するために設けられた特別な節目の日です。気候が晴れ、気温も上がるころ、という時期があります。入梅の時期にとれる「いわし」は「大に獲れ」と言われ、産卵前まで一番脂が乗っており、おいしいといわれています。そのため、この日はいわしを使ったかばやきごまを作ります。また、あじさいゼリーも出しますので、どのようなゼリーなのか、楽しみにしてください。
9月	ごはん	かみかみつくだに	たまご	ごはん	りんご	しょうゆ	611	
10火	ココアパン	チーズカツレツ	どりにく	ココアパン	りんご	しょうゆ	596	6/19(火) [キャロットケーキ] この日は、にんじんを使った「キャロットケーキ」を出します。キャロットケーキは、クルミなどのナッツ類と一緒に混ぜたり、シフォンケーキなどのスポンジを混ぜたり、クリームチーズがベースになったクリームと一緒に食べることも多く、香ばしく、サクサクとした食感によって、歯付けや歯形成が促される、おいしいケーキです。給食では、みんながおいしく食べることで、歯の健康を促すことができます。また、オレフィン系ポリマーを使って、歯を強くする効果がある歯磨き粉を出した歯付けをしました。また、アクセント程度にシフォンケーキを入れました。にんじんが嫌いでも食べることで、歯を強くすることができます。楽しみにしてください。
11水	いわしのかばやき	どりのついで	いわし	ごはん	にんじん	しょうゆ	631	
12木	あんかけやきそば	チーズポテト	いか	ごはん	ピーマン	どりから	617	6/19(火) [キャロットケーキ] この日は、にんじんを使った「キャロットケーキ」を出します。キャロットケーキは、クルミなどのナッツ類と一緒に混ぜたり、シフォンケーキなどのスポンジを混ぜたり、クリームチーズがベースになったクリームと一緒に食べることも多く、香ばしく、サクサクとした食感によって、歯付けや歯形成が促される、おいしいケーキです。給食では、みんながおいしく食べることで、歯の健康を促すことができます。また、オレフィン系ポリマーを使って、歯を強くする効果がある歯磨き粉を出した歯付けをしました。また、アクセント程度にシフォンケーキを入れました。にんじんが嫌いでも食べることで、歯を強くすることができます。楽しみにしてください。
13金	たきごみごはん	たからに	どりにく	ごはん	りんご	しょうゆ	614	
16月	ごはん	カレーじゃこふりかけ	じゃこ	ごはん	ピーマン	しょうゆ	632	6/19(火) [キャロットケーキ] この日は、にんじんを使った「キャロットケーキ」を出します。キャロットケーキは、クルミなどのナッツ類と一緒に混ぜたり、シフォンケーキなどのスポンジを混ぜたり、クリームチーズがベースになったクリームと一緒に食べることも多く、香ばしく、サクサクとした食感によって、歯付けや歯形成が促される、おいしいケーキです。給食では、みんながおいしく食べることで、歯の健康を促すことができます。また、オレフィン系ポリマーを使って、歯を強くする効果がある歯磨き粉を出した歯付けをしました。また、アクセント程度にシフォンケーキを入れました。にんじんが嫌いでも食べることで、歯を強くすることができます。楽しみにしてください。
17火	カレーうどん	ツナひじきサラダ	うどん	うどん	ピーマン	しょうゆ	610	
18水	メキシカンライス	ホキのエスカベッシュ	どりにく	ごはん	ピーマン	しょうゆ	599	6/19(火) [キャロットケーキ] この日は、にんじんを使った「キャロットケーキ」を出します。キャロットケーキは、クルミなどのナッツ類と一緒に混ぜたり、シフォンケーキなどのスポンジを混ぜたり、クリームチーズがベースになったクリームと一緒に食べることも多く、香ばしく、サクサクとした食感によって、歯付けや歯形成が促される、おいしいケーキです。給食では、みんながおいしく食べることで、歯の健康を促すことができます。また、オレフィン系ポリマーを使って、歯を強くする効果がある歯磨き粉を出した歯付けをしました。また、アクセント程度にシフォンケーキを入れました。にんじんが嫌いでも食べることで、歯を強くすることができます。楽しみにしてください。
19木	エビパスタ	チリコンソール	えび	ごはん	ピーマン	しょうゆ	648	
20金	くらさとうパン	ポテトグラタン	豆腐	くらさとうパン	ホールトマト	しょうゆ	604	6/19(火) [キャロットケーキ] この日は、にんじんを使った「キャロットケーキ」を出します。キャロットケーキは、クルミなどのナッツ類と一緒に混ぜたり、シフォンケーキなどのスポンジを混ぜたり、クリームチーズがベースになったクリームと一緒に食べることも多く、香ばしく、サクサクとした食感によって、歯付けや歯形成が促される、おいしいケーキです。給食では、みんながおいしく食べることで、歯の健康を促すことができます。また、オレフィン系ポリマーを使って、歯を強くする効果がある歯磨き粉を出した歯付けをしました。また、アクセント程度にシフォンケーキを入れました。にんじんが嫌いでも食べることで、歯を強くすることができます。楽しみにしてください。
23月	いそごはん	なりのでりやき	のり	ごはん	ピーマン	しょうゆ	609	
24火	ツナピザトースト	コーンサラダ	ツナ	ごはん	ピーマン	しょうゆ	615	6/19(火) [キャロットケーキ] この日は、にんじんを使った「キャロットケーキ」を出します。キャロットケーキは、クルミなどのナッツ類と一緒に混ぜたり、シフォンケーキなどのスポンジを混ぜたり、クリームチーズがベースになったクリームと一緒に食べることも多く、香ばしく、サクサクとした食感によって、歯付けや歯形成が促される、おいしいケーキです。給食では、みんながおいしく食べることで、歯の健康を促すことができます。また、オレフィン系ポリマーを使って、歯を強くする効果がある歯磨き粉を出した歯付けをしました。また、アクセント程度にシフォンケーキを入れました。にんじんが嫌いでも食べることで、歯を強くすることができます。楽しみにしてください。
25水	ごはん	いかのまつかぜやき	いか	ごはん	ピーマン	しょうゆ	593	
26木	ガバオライス	はるさめサラダ	どりにく	ごはん	ピーマン	しょうゆ	594	6/19(火) [キャロットケーキ] この日は、にんじんを使った「キャロットケーキ」を出します。キャロットケーキは、クルミなどのナッツ類と一緒に混ぜたり、シフォンケーキなどのスポンジを混ぜたり、クリームチーズがベースになったクリームと一緒に食べることも多く、香ばしく、サクサクとした食感によって、歯付けや歯形成が促される、おいしいケーキです。給食では、みんながおいしく食べることで、歯の健康を促すことができます。また、オレフィン系ポリマーを使って、歯を強くする効果がある歯磨き粉を出した歯付けをしました。また、アクセント程度にシフォンケーキを入れました。にんじんが嫌いでも食べることで、歯を強くすることができます。楽しみにしてください。
27金	おやこどん	ちやしのあまずし	たまご	ごはん	ピーマン	しょうゆ	638	
30月	ピビンバ	ワンタンスープ	たまご	ごはん	ピーマン	しょうゆ	592	

・エネルギーたんぱく質は、3・4年生の栄養価です。1・2年生は0.9を、5・6年生は1.1をそれぞれ3・4年生の栄養面にかけて見てください。
 ・献立は、行事や食材、今後の状況次第で変更する場合があります。ご了承ください。
 ・◎はデザートです。・旬の食材は、太字・斜体・下線で表しています。