



6 月 献 立 表



令和2年

世田谷区立砧中学校

日	主食	おかず	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	1人1日 たんぱく質 脂質 食塩相当量
22月	ピザドッグ	つぶつぶみかんゼリー	○	牛乳、フランクフルト、 チーズ、煮干	コッパン、油、さとう	にんにく、たまねぎ、 マッシュルーム缶、ピーマン、 コーン、みかん缶	612 kcal 22.3 g 20.5 g 2.1 g
23火	焼き豚チャーハン	いかにらチヂミ	○	牛乳、焼き豚、なると、 たまご、いか	米、油、小麦粉、でん粉、 じゃがいも、ごま油、 三温糖、ごま	にんじん、干しいたけ、 ねぎ、グリーンピース、にら、たまねぎ	786 kcal 27.9 g 22.1 g 3.0 g
24水	ソース焼きそば	ガーリックチキン	○	牛乳、豚肉、 あおのり、鶏肉	むし中華めん、油、 でん粉、小麦粉	たまねぎ、にんじん、 キャベツ、ちやし、にら	926 kcal 39.0 g 37.6 g 4.0 g
25木	ドリア	フルーツ白玉	○	牛乳、鶏肉、えび、 生クリーム、チーズ	米、おおむぎ、油、バター、 小麦粉、さとう、白玉	たまねぎ、にんじん、 マッシュルーム缶、しょうが、 パセリ、黄桃缶、みかん缶、パイナップル缶	806 kcal 26.1 g 24.0 g 1.8 g
26金	フィッシュバーガー	ポトフ	○	牛乳、ホキ、フランクフルト	オートミール、小麦粉、 パン粉、油、じゃがいも	にんじん、たまねぎ、セロリ、 キャベツ、パセリ	820 kcal 33.2 g 34.3 g 3.9 g
29月	ポークカレーライス	わかめサラダ	○	牛乳、豚肉、わかめ	米、おおむぎ、油、 じゃがいも、はちみつ、 小麦粉、ごま、三温糖	にんにく、セロリ、たまねぎ、 にんじん、しょうが、 ちやし、きゅうり	893 kcal 23.5 g 30.6 g 2.6 g
30火	鶏肉の照り焼き丼	豚汁	○	牛乳、鶏肉、 かつお節、豚肉	米、油、三温糖、 でん粉、じゃがいも	ごぼう、にんじん、しょうが、 こんにゃく、だいこん、ねぎ	767 kcal 31.7 g 21.8 g 3.1 g
◎ 学校行事、天候等の都合により、献立、食材、給食回数を変更する場合があります。							801 kcal 29.1 g 27.3 g 2.9 g
今月分 一日あたりの平均							830 kcal 30.0 g 27.0 g 2.5 g
中学生1人1回あたりの学校給食摂取基準							

6月は簡易給食です

給食時間の感染リスクを下げるため、しばらくの期間、教室で衛生的に給食の準備ができるよう品数を少なくした簡易給食を提供します。また、生徒同士の給食が接触しないよう6/26（金）まではおかわりはしないこととなりました。

6/29（月）からは、衛生的に準備できたことを確認した上で、教員が盛り付けることを前提におかわりできるようになります。

つきましては、お子さんの朝ごはんや夜ごはんを充実させていただけると助かります。特に野菜の摂取量が減ってしまうため、お浸しやサラダなど1品増やしていただくことで1日のバランスがよくなります。くだものもおすすめです。



お知らせ

「給食費納入通知書」において、令和2年6月30日に令和2年度6月分の振替を予定しておりましたが行わないことになりました。

なお、6月分の給食費につきましては6月の給食回数に応じた額を令和3年2・3月の調整時に納入となります。

* 令和2年度4・5月分は給食なしのため、給食費は徴収しません。

* 令和2年度の初回振替（納入）は、7月31日に7月分を予定しております。（臨時休業等に伴い、初回振替日が変更になる場合がございます。）

給食費の取り扱いは世田谷区教育委員会が行っています。引落についてのお問い合わせがありましたら下記までお願いいたします。

世田谷区教育委員会事務局
学校健康推進課 学校給食係
TEL: 03-5432-2697