

# 6月

## 学校給食予定献立表



牛乳は毎日つきます。

令和5年6月  
都立矢口特別支援学校

月	火	水	木	金
<p>【6月の給食指導目標】 えいせい き <b>衛生に気をつけよう</b></p> <p> 手のこう 手のひら</p> <p>あらいのこしが おおいどころ</p> <p>《6月平均》 エネルギー 643kcal たんぱく質 29.1g 脂質 20.8g 塩分 2.6g</p> <p>※材料の入荷等により、献立内容が変更する場合があります。ご了承ください。</p>			<p><b>1</b> 625 kcal 2.1 g</p> <p>コーンピラフ 揚げじゃがいもの ハニーサラダ かぶと 干しえびのスープ ココアゼリー</p>	<p><b>2</b> 660 kcal 2.5 g</p> <p>ごはん 鯖の梅みそ焼き しらたきと ごぼうの炒め煮 お浸し のっぺい汁</p> <p><b>虫歯予防 テ-6/4</b></p>
<p><b>5</b> 636 kcal 2.8 g</p> <p>ごはん 豆腐とえびのチリソース煮 ごま酢がけ わかめスープ</p>	<p><b>6</b> 647 kcal 2.2 g</p> <p>ごはん 鶏肉のタルタルソース焼き キャベツとパプリカのソテー 大豆のトマト煮 野菜スープ</p>	<p><b>7</b> 615 kcal 3.2 g</p> <p>ごはん 赤魚の煮付け じゃこ和え 昆布の五目煮 さつまいものみそ汁</p>	<p><b>8</b> 648 kcal 2.1 g</p> <p>ごはん 松風焼き おかか和え 根菜のみそ汁 夏文旦</p>	<p><b>9</b> 633 kcal 2.4 g</p> <p>きな粉揚げパン 野菜のカレーポトフ ジャーマンポテト クインシーメロン</p>
<p>歯と口の衛生週間(6/4~10)</p>				
<p><b>12</b> 661 kcal 3.2 g</p> <p>入梅6/11 ごはん 鰯の梅煮 こんにやく入りコーンとえびのうま煮 冬瓜と鶏肉のうま煮 じゃがいものみそ汁</p>	<p><b>13</b> 624 kcal 2.4 g</p> <p>ごはん 家常豆腐 (生揚げと豚肉のみそ炒め) きゅうりの華風漬け チンゲン菜のスープ</p>	<p><b>14</b> 656 kcal 2.1 g</p> <p>キーマカレーライス ごまじゃこ大根サラダ 小玉すいか</p>	<p><b>15</b> 617 kcal 3.6 g</p> <p>ソース焼きそば トマトと卵のスープ さつまいもと パインの重ね煮</p>	<p><b>16</b> 659 kcal 2.7 g</p> <p>ごはん 鯖の香味焼き 三色和え じゃがいもの磯煮 豆腐と 油揚げのみそ汁</p>
<p><b>19</b> 625 kcal 2.7 g</p> <p>ツナトースト インディアンサラダ かぼちゃのスープ あんずジャムの ヨーグルト</p>	<p><b>20</b> 641 kcal 2.6 g</p> <p>ごはん 擬製豆腐(甘酢あん) わかめのお浸し ぶどう豆 小松菜と 麩のみそ汁</p>	<p><b>21</b> 672 kcal 3.2 g</p> <p>キムチ炒飯 春雨サラダ 五目スープ 杏仁豆腐</p>	<p><b>22</b> 627 kcal 2.1 g</p> <p>ごはん 鱈のムニエル クリームソース コールスローサラダ ジュリエヌスープ</p>	<p><b>23</b> 678 kcal 2.9 g</p> <p>ごはん 豚肉のガーリック炒め 梅しそマヨ和え 五目きんぴら 冬瓜ともずくのみそ汁</p>
<p><b>26</b> 643 kcal 2.8 g</p> <p>ごはん 鶏肉の照り焼き ごま和え さつまいもと 金時豆の甘煮 炒めやしのみそ汁</p>	<p><b>27</b> 708 kcal 2.2 g</p> <p>ごはん 鱈のカレー竜田揚げ キャロットラペ かぼちゃのツナソテー ほうれん草と コーンのスープ</p>	<p><b>28</b> 604 kcal 2.6 g</p> <p>坦々うどん わかめサラダ パイナップル</p>	<p><b>29</b> 626 kcal 2.3 g</p> <p>ごはん 豆腐のオイスター煮 じゃがいもの 中華甘酢和え 糸かまぼこのスープ</p>	<p><b>30</b> 643 kcal 1.8 g</p> <p>ごはん(おかかふりかけ) 冬瓜と豚肉のうま煮 なすのみそ汁 水無月</p> <p><b>夏越の祓6/30</b></p>