

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 衛生に気をつけよう</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>1 625 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>2 660 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>虫歯予防 テ-6/4</p>
<p>5 636 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>6 647 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>7 615 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>8 648 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>9 633 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>12 661 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>13 624 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>14 656 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>15 617 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>16 659 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>19 625 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>20 641 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>21 672 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>22 627 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 ジュリエンスープ</p>	<p>23 678 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>26 643 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>27 708 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>28 604 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>29 626 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>30 643 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>夏越の祓6/30</p>