



当日の献立を
写真付きで
携帯電話HPに
掲載中！

http://moriya.jed.jp/kyouiku/937/

令和2年度



がつ
6月

よていこんだてひょう
予定献立表



ABブロック共通

日 曜日	献立名		おもな材料						調味料他	エネルギー(kcal)			
	主食 (5群)	飲み物 (2群)	副食	おもにからだの組織をつくる		おもにからだの調子を整える		おもにエネルギーになる		たんぱく質(g)	脂質(g)		
				1群 魚・肉・卵 まめ 豆製品	2群 牛乳・小魚 海藻	3群	4群 その他の野菜 きのこ・果物・他	5群 穀類・いも類 砂糖				6群 油脂 種実類	児童
8 月	ごはん 	牛乳 	とりにく おから みそ たまご そぼろ丼の具		さやいんげん にんじん	こんにやく しょうが		さとう でんぷん あぶら	しょうゆ トウバンジャン テンメンジャン さけ しお	607 21.3 14.3 1.2	756 25.6 16.2 1.5		
9 火	わかめ ごはん 	牛乳 	とりにく 肉じゃが	ぶたにく	にんじん	たまねぎ したらき えだまめ		じゃがいも さとう	しょうゆ さけ かつおだし	633 22.3 12.4 1.7	788 26.9 13.7 2.1		
10 水	せきはん ごましお 	牛乳 	にゅうがくしんきゅういわ 入学・進級お祝いこんだて			おそ 遅くなりましたが、みなさんの入学・進級をお祝いして、赤飯のこんだてです。						516 22.9 11.0 1.2	649 28.0 12.0 1.5
11 木	ごはん 	牛乳 	ぶたにく 豚キムチ炒め いちごゼリー	ぶたにく なまあげ	こまつな にら	しょうが はくさいキムチ もやし キャベツ いちご		でんぷん さとう	しょうゆ さけ	650 25.5 15.7 1.6	799 31.0 18.0 1.9		
12 金	むぎ ごはん 	牛乳 	ぶたにく おから ひよこまめ ひよこ豆入りキーマカレー		にんじん トマト	こんにやく たまねぎ しょうが にんにく		あぶら	カレーこ しょうゆ カレールウ ウスターソース ケチャップ しお ナツメグ こしょう チリパウダー	716 25.3 18.6 1.9	890 30.7 21.5 2.3		

※献立表に記載しているのは主な材料です。食物アレルギー等で詳細が必要な方は、学校にお申し出ください。学校給食では守谷市や茨城県で作られた食材を積極的に取り入れています。米は守谷市産コシヒカリです。

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、配膳の効率化を配慮した献立の工夫をしています。

6月15日以降の献立は、後日お知らせいたします。