



6月の予定献立表



6/15 (月) ~6/30 (火)



令和2年度

志木市立志木第二中学校

日	曜	献立名			エネルギー kcal	たんぱく質 g	主に体をつくる食品 牛乳・肉・魚・豆類・海藻など	主に力や熱になる食品 米・パン・麺・砂糖・油など	主に体の調子を整える食品 野菜・果物・きのこなど
		主食	飲物	おかず					
15	月	かてめし	牛乳	豚汁	600	23.1	牛乳 油揚げ 豚肉 木綿豆腐 白味噌	米 板こんにゃく 三温糖 じゃがいも サラダ油	にんじん 小松菜 ごぼう 干し椎茸 すいき ねぎ
16	火	ミートソース スパゲッティ	牛乳	にんじんサラダ	631	24.5	牛乳 豚肉	スパゲッティ 小麦粉 三温糖 オリーブ油 有塩バター サラダ油	にんじん にんにく しょうが セロリ マッシュルームスライス キャベツ カーネルコーン
17	水	豚丼	牛乳	切り干し大根の中華サラダ	811	28.5	牛乳 豚肉 無塩せきハム	米 三温糖 サラダ油 白ごま ごま油	にんじん 万能ねぎ 玉ねぎ えのきたけ 大根 切り干し大根 きくらげ きゅうり
18	木	鶏ハンバーグ丼	牛乳	もやしの味噌汁	728	35.7	牛乳 鶏肉 木綿豆腐 たまご 赤味噌 白味噌	米 生パン粉 でんぷん サラダ油	にんじん 玉ねぎ しょうが キャベツ ブラックマッペもやし ねぎ
19	金	にんじんピラフ	牛乳	ミネストローネ	600	19.5	牛乳 鶏肉 無塩せきウィンナー 鶏がら	米 じゃがいも サラダ油 有塩バター	にんじん パセリ 玉ねぎ マッシュルームスライス セロリ キャベツ
22	月	塩焼きそば	牛乳	ピリ辛きゅうり	765	26.5	牛乳 豚肉	蒸し中華麺 三温糖 サラダ油 ごま油	にんじん 赤ピーマン 青ピーマン ブラックマッペもやし キャベツ きゅうり
23	火	茎わかめ入り きんぴらご飯	牛乳	鶏肉入りけんちん汁	605	23.7	牛乳 豚肉 鶏肉 油揚げ 茎わかめ	米 三温糖 板こんにゃく じゃがいも サラダ油 ごま	にんじん ごぼう 大根 ねぎ 干し椎茸
24	水	親子丼	牛乳	花麩入りすまし汁	664	30.8	牛乳 カットわかめ 鶏こま肉 たまご	米 三温糖 でんぷん 花麩	にんじん 糸みつば 玉ねぎ えのきたけ
25	木	宇治抹茶揚げパン	牛乳	アジサイゼリー せん切り野菜スープ	659	19.0	牛乳 豚肉 寒天 鶏がら	コッペパン 三温糖 じゃがいも 米ぬか油	にんじん 玉ねぎ キャベツ ぶどうジュース
26	金	チキンカツ丼	牛乳	野菜たっぷり味噌汁	799	34.6	牛乳 鶏肉 たまご 白味噌	米 おおむぎ 小麦粉 生パン粉 三温糖 じゃがいも 米ぬか油	にんじん 小松菜 大根 ねぎ
29	月	ハッシュドポーク	牛乳	こんにゃく寒天入りポンチ	782	23.4	牛乳 豚肉 鶏がら	米 おおむぎ 三温糖 小麦粉 上白糖 サラダ油 有塩バター こんにゃく寒天	にんじん トマト缶 玉ねぎ にんにく マッシュルームスライス みかん缶 パイン缶 黄桃缶
30	火	餃子丼	牛乳	春雨スープ	733	29.7	牛乳 豚肉 鶏がら げん骨	米 おおむぎ 春雨 サラダ油 ごま油	にら にんじん しょうが にんにく キャベツ ねぎ ブラックマッペもやし 白菜

★今月の給食費の口座引き落としは、ありません。



6月15日(月)から通常の登校になり、全員揃っての給食になります。
給食配膳も生徒が行うようになります。新しい生活様式の中で、密になることに
気をつけながら皆で美味しく給食を食べましょう!!

