

学校再開に向けて（給食）

給食「こんだて表」

よていこんだてひょう(20回) 6がつ

令和2年6月1日 伊東市立八幡野小学校
 食材は、天候等で変更になる場合があります ※栄養価表示は、中学年のものです(低学年は2割減、高学年は2割増です。)

日	お知らず	こんだてめい	あかのたべもの 血や肉、骨を作る	きいろのたべもの 熱や力のもとになる	みどりのたべもの 体の働きをよくなる	ちようみりよう・その他	エネルギー
一斉休校につき給食開始予定は、2～6年生6/3(水)、1年生6/10(水)より 各学年給食開始3日間は配膳及び消毒作業をスムーズに行うためお弁当容器に詰め、提供します。							
3	水	チキンライス ぎゅうにゆう イカのイタリヤあげ ポイルブロッコリー ブルーベリーゼリー	とりにく ぎゅうにゆう イカ ぎゅうにゆう (かんでん)	こめ パター	たまねぎ にんじん 人参 トマト	トマト じゃがいも じゃがいも じゃがいも しょうゆ しお	580 24.3 17.7 2.2
4	木	ゆかりごはん ぎゅうにゆう とりにくのからあげ ほうれんそうのごもくいため	ぎゅうにゆう とりにく とりにく ぶたにく	こめ かたくりこ あぶら はるさめ あぶら さとう	しょうが	しょうゆ しょうゆ さけ しお	610 22.0 23.2 1.5
5	金	ごはん ぎゅうにゆう かますのかばやし カラフルひじきいため	ごはん ぎゅうにゆう かます ひじき ぶたにく	こめ かたくりこ さとう あぶら はるさめ さとう あぶら	しょうが	しょうゆ しお みりん しょうゆ	580 21.5 18.6 1.6
8	月	しょうがごはん ぎゅうにゆう きびなごフライ とんじる	ぎゅうにゆう ぎゅうにゆう きびなご(きびなご) ぶたにくとうふ さばふしみそ	こめ ごま かたくりこ さとう あぶら はるさめ さとう あぶら	しょうが	しょうゆ しお しょうゆ しお	580 23.7 18.0 2.0
9	火	ごはん ぎゅうにゆう だいずとりにくのみそいため ごもくスープ	ごはん ぎゅうにゆう とりにく だいず みそ ぶたにくとうふ	こめ かたくりこ かたくりこ	しょうが	しょうゆ しお しょうゆ しお	640 27.0 23.2 2.6

栄養士の 村上先生

