



給食が始まります！

学習課題・状況確認日には、みんな学校で友達や先生と会えて嬉しい日となりました。いよいよ学校が再開します。給食も6月3日(水)から始まります。

町田市では、6月10日まで市内統一献立となります。配膳時の感染防止に配慮した献立を実施するため品数を少なくしていますが、できる限り栄養摂取ができるように配慮しています。食事は感主食、主菜、副菜をそろえると栄養バランスが良くなりますが、主菜(肉・魚・豆など)や副菜(野菜など)が足りない日もあります。おやつや夕食などで補ってください。

また、感染防止のため、以下の「給食時間のすごし方」を基に給食を食べてもらいます。マスクは必ず着用してください。

給食時間のすごし方

エチケットマスクを！

準備	<ul style="list-style-type: none"> ●マスクは全員つけましょう ●机は前向きにしましょう ●石けんを使って、ていねいに手を洗いましょう ●清潔なハンカチでふきましょう 	
食事中	<ul style="list-style-type: none"> ●「いただきます」「ごちそうさまでした」は静かに言いましょう ●マスクを外すのは食べる時だけにしましょう 外したら、きれいなビニール袋に入れましょう ●話をせずに静かに食べましょう ●食べ終わったらすぐにマスクをつけましょう 	
片付け	<ul style="list-style-type: none"> ●自分の食器は自分で片付けましょう ●給食時間が終わったら石けんを使って、ていねいに手をあらいましょう ●換気をしましょう 	



こんだてひょう



日	主食	牛乳	おかず	黄の仲間 熱や力の元になる	赤の仲間 血や肉になる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量
3 水	ひじきごはん		やきシヤモ	精白米, 米粒麦, 油, 砂糖, ごま	牛乳, 鶏肉, ひじき(乾), 油揚げ, ししゃも	ごぼう, にんじん, 干し椎茸, きぬさや	455 kcal 18.2 g 14.1 g 1.1 g
4 木	クロワッサン		いちごジャム さかなの刺しやき ヨーグルト	クロワッサン, マヨネーズ	牛乳, メルルーサ, ヨーグルト	いちごジャム, にんじん, 玉葱, エリンギ, さやいんげん	565 kcal 22.8 g 31.4 g 1.6 g
5 金	ごはん		ぶたすきに ドライブルー	精白米, 油, しらたき, ふ, 砂糖, かたくり粉	牛乳, 豚肉, 豆腐, みそ	玉葱, しょうが, えのきたけ, にんじん, 干し椎茸, ねぎ, こまつな, ブルー(乾)	564 kcal 21.2 g 14.6 g 1.4 g
8 月	ごはん		マーボー豆腐 こざかな	精白米, 油, 砂糖, かたくり粉	牛乳, 豚肉, みそ, 豆腐, いりこ	しょうが, にんにく, たけのこ, 干し椎茸, にんじん, にら, ねぎ	570 kcal 26.5 g 16.7 g 2.0 g
9 火	ソースやきそば		ウィンナーの ケチャップソース ぶどうゼリー	蒸し中華めん, 油, 炒油, ぶどうゼリー	牛乳, 豚肉, ウィンナー	にんじん, 玉葱, もやし, キャベツ, こまつな	572 kcal 19.1 g 26.4 g 3.4 g
10 水	ごはん		マメいりカレー みかんゼリー	精白米, 油, じゃがいも, パター, 小麦粉, みかんゼリー	牛乳, 鶏肉, ひよこまめ, 粉チーズ	にんにく, しょうが, セロリ, 玉葱, にんじん, トマト, りんご	654 kcal 18.0 g 18.0 g 1.9 g

* 材料の都合により献立を変更する場合がありますのでご了承ください。

* 6月11日以降の献立については、決まり次第お知らせします。