



6月 よていこんだてひょう

市川市立北方小学校

令和2年度(2020年度)

ひとこと	日	曜日	主食	牛乳	副食	あかの食品	きの食品	みどりの食品	エネルギー	たんぱく質	しじつ	えんぶん	かていで
						ちやにく、ほねをつくる	ねつや力のもとになる	体のちょうしをととのえる	keal	g	g	g	おぎなう
	22	月	や 焼きおにぎり△	○	とりにく、こんさい 鶏肉と根菜のみそ煮込み	ぎゅうにゅう、とりにく なまあげ、かつおぶし	こめ、じゃがいも、さとう あぶら、こんにやく	ごぼう、にんじん たけのこ、さやいんげん	583	23.2	16.8	1.8	小魚 種実類 海藻類 きのこ くだもの を 家庭で 積極的に 取り入れ ましょう
	23	火	ごはん	○	ツナカレー さくらんぼとナタデココのゼリー	ぎゅうにゅう、こなチーズ ツナ、しろいんげんまめ	こめ、カレーウ じゃがいも、バター	たまねぎ、にんじん しょうが、さくらんぼ	675	17.8	18.2	1.9	
	24	水	ひじきごはん	○	さけ、ひじき、とうふ 鮭のつくね汁 米粉のクレープ(沖縄県産パイン)	ぎゅうにゅう、ぶたにく さけ、ひじき、とうふ	こめ、こめこ、でんぶん あぶら、さとう	にんじん、たまねぎ ごぼう、だいこん	642	25.4	23.2	1.9	
	25	木	ウインナードッグ	○	こめことうにゅう 米粉豆乳コーンスープ ヨーグルト	ぎゅうにゅう、ウインナー とうにゅう、ヨーグルト	パン、じゃがいも、さとう あぶら、こめこ	コーン、にんじん キャベツ、たまねぎ	645	27.5	24.1	2.6	
	26	金	むぎ 麦ごはん	○	ちゅうか 中華どんの具 フルーツ杏仁	ぎゅうにゅう、ぶたにく いか、うずらたまご	こめ、むぎ、でんぶん ごまあぶら、さとう	はくさい、たけのこ にんじん、こまつな	635	22.8	19.0	1.6	
しゅんの しよくざい	29	月	スパゲティ	○	あ 揚げなすと市川とまとのミートソース フルーツゼリー和え	ぎゅうにゅう、ぶたにく だいず、こなチーズ	スパゲティ、あぶら さとう、バター	なす、トマト、たまねぎ セロリー、にんじん	692	26.4	20.6	1.5	
	30	火	えだまめ 枝豆とコーンのごはん	○	からにく ピリ辛肉じゃが チーズかまぼこ	ぎゅうにゅう、ベーコン チーズ、ぶたにく	こめ、じゃがいも、さとう ごま、しらたき	えだまめ、コーン いんげん、にんじん	638	26.1	19.5	2.5	

★食料品の都合により、献立を変更することがありますので、ご了承ください。【6月分の給食費は学年によって異なりますので、学年だより等で集金額をご確認ください】

★ご入学・ご進級、おめでとうございます。新しい1年生を迎え、新年度が始まりました。今年もみんなで協力しあい、楽しい給食の時間を過ごしましょう。

★給食当番は、きちんと白衣、マスク、帽子をかぶりましょう。週末に洗濯後アイロンをかけてください。【感染症予防のためご協力をお願いいたします】

★令和2年の給食を委託業者の日本給食株式会社の調理師・調理スタッフが安全でおいしく食べられるように衛生的な作業で作ります。よろしくお願いいたします。

★6月から9月まで和え物・サラダ等の提供はありません。

栄養量の基準値(中学年)

650 27.0 19.6 2.0

6月の平均値

644 24.2 20.2 2.0

6月の

おすすめ

枝豆



市川市教育委員会からの連絡

★給食について★

～ほっと給食～

・新型コロナウイルス感染症の拡大を防ぐため、通常通り給食を提供することは、困難な状況にあります。この非常事態においては、栄養価や摂取カロリー量等にこだわるのではなく、子どもたちに昼食を食べさせることを第一とし、給食を提供することとしました。また、そのため考えられる感染症予防対策を講じた上で、給食を提供していきます。



★給食費について★

・2月28日からの休校にともない、昨年度の給食費を繰越させていただいています。そのため、初回(6月分)の給食費につきましては繰越分を差し引いた金額になります。(1年生・2月28日以降の転入生は除きます)

細かい端数の金額となりますので、学年だより等で集金額をご確認ください。

なお、給食費は予定回数(154回)と1食保護者負担額(263円)を年間通していただいています。

月4400円×9ヶ月分に学年によって回数が異なるため最終3月は調整額となります。ご了承ください。