



日	曜	主食	牛乳	おかず デザート	1群・2群 たんぱく質・無機質 主に体の組織を作る	5・6群 炭水化物・脂質 熱や力の元になる	3群・4群 ビタミン 主に体の調子を整える	エネルギー Kcal たんぱく質
2	月	フィジョアータ		カラフルサラダ ボンデケーキ	金時豆 うずら豆 ベーコン ウインナー 豚肉 粉チーズ 調理用牛乳 飲用牛乳	米 麦 バター 小麦粉 サラダ油 三温糖 白玉粉 オリーブ油 ベーキング粉	玉ねぎ にんじん にんにく キャベツ きゅうり 赤パプリカ 黄パプリカ とうもろこし	919 28.0
3	火	ツナコーン トースト		豚しゃぶサラダ 冬瓜のスープ すいか	ツナフレーク 豚もも肉 鶏肉 白みそ 飲用牛乳	食パン マヨネーズ 白すりごま 白炒りごま サラダ油 三温糖 でんぷん粉	冬瓜 玉ねぎ セロリ にんじん キャベツ きゅうり もやし 生姜 すいか	722 26.1
4	水	麦入りごはん		おかかふりかけ ししゃものカレーフライ 小松菜の白和え さんびら汁	手持ちししゃも おかか 青のり 絹ごし豆腐 豚もも肉 飲用牛乳	米 麦 小麦粉 生パン粉 乾パン粉 揚げ油 白すりごま 白炒りごま 三温糖 糸こんにゃく ごま油	小松菜 もやし にんじん ごぼう 長ネギ	810 34.7
5	木	冷やし中華		いかの天ぷら とうもろこし	たまご 鶏もも肉 いか 飲用牛乳	中華麺 ごま油 小麦粉 揚げ油 サラダ油 三温糖	きゅうり にんじん もやし 長ネギ 干し椎茸 生姜 とうもろこし	789 44.2
6	金	ばら寿司		オクラ入りお浸し セタ汁 冷凍みかん	えび いか たまご 油揚げ 刻み海苔 星型かまぼこ 焼き竹輪 飲用牛乳	米 麦 三温糖 白炒りごま サラダ油 そうめん	かんぴょう さやえんどう ごぼう 干し椎茸 にんじん おくら 白菜 だけのこ 長ネギ みかん	734 34.1
9	月	麻婆なす丼		野菜の香味和え たまごスープ	豚ひき肉 たまご なたと 絹ごし豆腐 赤みそ 飲用牛乳	米 麦 ごま油 サラダ油 三温糖 白炒りごま でんぷん粉	なす だけのこ たら 玉ねぎ 生姜 にんにく にんじん ピーマン かぶ きゅうり キャベツ 長ネギ 青梗菜	824 29.1
10	火	夏のトマト カレーライス		くるみのハニーサラダ ブルーベリーゼリー	豚ひき肉 粉チーズ 粉寒天 乳酸飲料(調理用) 飲用牛乳	米 麦 小麦粉 バター サラダ油 くるみ はちみつ 三温糖 上白糖	トマト 赤パプリカ 玉ねぎ にんじん 生姜 にんにく キャベツ きゅうり ブルーベリー ぶどうジュース	846 20.4
11	水	シャキシャキバーグ バーガー		カリカリお揚げのサラダ スコッチブロス	豚ひき肉 鶏ひき肉 鶏もも肉 ベーコン 油揚げ 白いんげん豆 飲用牛乳	丸パン パン粉 サラダ油 三温糖 オリーブ油 押し麦	れんこん 玉ねぎ キャベツ きゅうり にんじん ほうれん草 セロリ とうもろこし にんにく	736 34.1
12	木	麦入りごはん		大豆と小魚の揚げ煮 さばの塩焼き こっばなます 打ち豆汁	大豆 木綿豆腐 油揚げ かえり煮干し さば みそ 飲用牛乳	米 麦 揚げ油 でんぷん粉 三温糖 白すりごま ごま油	干し椎茸 だいこん にんじん 長ネギ	902 41.9
13	金	ペンネ アラビアータ		サマーサラダ フルーツボンチ	ベーコン 荳わかめ 飲用牛乳	ペンネ オリーブ油 サラダ油 三温糖 上白糖	ミニトマト キャベツ きゅうり セロリ 玉ねぎ マッシュルーム ホールトマト にんにく みかん缶 りんご パイナップル 黄桃	754 22.5
17	火	パエリア		こんにゃくサラダ ソパ・デ・アホ メロン	えび いか 鶏もも肉 ベーコン たまご 飲用牛乳	米 麦 バター サラダ油 三温糖 パン粉 オリーブ油	赤パプリカ 黄パプリカ レモン キャベツ きゅうり 玉ねぎ にんじん パセリ マッシュルーム にんにく メロン	791 32.5
18	水	シシジューシー		ゴーヤーチャンプルー もずく汁 パイナップル	豚もも肉 焼き竹輪 刻み昆布 豚ばら肉 生揚げ 絹ごし豆腐 たまご 飲用牛乳	米 麦 白炒りごま 三温糖	ごぼう 長ネギ にんじん にがうり だいこん えのきたけ パイナップル	850 40.4
19	木	ぶどうパン		ハムカツ キャベツとエリンギのソテー かぼちゃのポタージュ みかんシャーベット	ポークハム 調理用牛乳 生クリーム 飲用牛乳	ぶどうパン パン粉 揚げ油 バター 小麦粉 じゃがいも	キャベツ エリンギ ホールコーン にんじん セロリ 玉ねぎ かぼちゃ みかんシャーベット	817 29.0



7月の献立より

今月は、西東京市にある加藤農園さんより新鮮なブルーベリーやとうもろこしを納品していただく予定です。旬の味覚をぜひ味わってください。

2日（月）フィジョアーダ／ポンデケージョ
スポーツのサッカー大国、ブラジルの郷土料理です。

6日（金）ばら寿司 / おくらのお浸し／セタ汁
7月7日のセタにちなんだ献立です。

11日（水）シャキシヤキバーグバーガー
荒みじんにしたれんこんのしゃきしゃきした食感を生かしたハンバーグが入ったバーガーです。

11日（水）スコッチブロス
イギリスやスコットランドの郷土料理で、大麦や野菜の具沢山スープです。

12日（木）こっばなます／打ち豆汁
福井県や滋賀県の郷土料理です。打ち豆汁は、精進料理の一つです。

17日（火）ソパ・デ・アホ
スペイン郷土料理のスープです。スペインの家庭では、固くなったパンとにんにくを利用して作るそうです。

18日（水）シシジューシー／ゴーヤーチャンプルー
沖縄県の郷土料理です。シシジューシーは、細く切った豚肉が入った炊き込みごはんです。
ゴーヤーチャンプルーは、夏が旬のゴーヤーを使った料理です。

7月の予定について

一学期の給食実施は、7月19日（木）までです。

20日（木）は終業式となります。詳しくは学校だよりなどをご確認ください。

2学期の給食・家庭弁当選択申込書について

6月20日に2学期の給食・家庭弁当選択申込書を配布しました。

家庭弁当を選択される方も全員ご提出をお願いします。

平成30年度の就学援助（準要保護）の申請をされた方のうち認定された場合は給食費の振込は不要となります。

申請された方は、結果を待ってからお手続きください。（認定結果の通知は6月29日発送予定）

提出期限は、7月6日（金）までです。ご協力どうぞよろしくお願いいたします。



西東京市農産物 キャラクターめぐみです。

6月の給食では、西東京市にある都築農家さんよりズッキーニやじゃがいも、和ファームさんよりキャベツやだいこんなどの新鮮な地場産の野菜を納品していただきました。

6月の給食で使用した農産物の産地について

食品名	産地名	食品名	産地名
ほうれん草	群馬県	なす	千葉県
セロリ	長野県	さやえんどう	愛知県
じゃがいも	静岡県	パプリカ	茨城県
れんこん	茨城県	さといも	徳島県
グリーンピース	宮城県	そらまめ	宮城県
レモン	広島県	ピーマン	茨城県
長ネギ	茨城県	青梗菜	千葉県
トマト	栃木県	にんじん	千葉県
ごぼう	熊本県	きゅうり	埼玉県