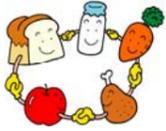


平成29年
6月分

学校給食献立表

(平成29年 6月 1日～ 6月 30日 21回)

富田林市教育委員会
富田林市小学校給食会



献立表中の♥♦♣マークは、三色栄養(食物の3つの働き)をあらわします。
給食の献立は、3つのグループの食物をバランスよく組み合わせられています。



食物アレルギーをお持ちの方へ

給食センター・パン工場・米飯工場・食品加工工場では、原材料として使用していないにも関わらずアレルギー物質が微量混入してしまう可能性(コンタミネーション)があります。



魚を食べる時は

骨に気をつけて食べましょう!



◆黄・・・エネルギーのもとになる
穀類・いも・さとう・あぶら・種実
(脂質・炭水化物)



♥赤・・・からだをつくる
乳・卵・魚・肉・大豆・海藻
(たんぱく質・ミネラル)



◆緑・・・からだの調子をととのえる
野菜・くだもの・きのこ
(ビタミン・ミネラル)

月				火			水			木			金						
5	605	24.8	17.7	6	557	24.7	19.4	7	627	28.0	17.6	8	666	32.6	19.5	9	605	30.0	23.8
<p>うどんのかいのだいきゅうなどできゅうしょくはありません</p>				<p>おさつロール</p>			<p>ごはん</p>			<p>むぎいりごはん</p>			<p>コッパン</p>						
12	605	24.8	17.7	13	669	27.9	29.4	14	674	23.4	23.7	15	551	21.8	13.3	16	589	25.7	27.1
<p>むぎいりごはん</p>				<p>セルフサンド</p>			<p>カレーどうふ</p>			<p>ピピンバ</p>			<p>ジュリエンスープ</p>						
19	614	23.8	18.8	20	591	24.7	19.0	21	591	23.7	14.5	22	613	25.9	20.0	23	549	24.6	18.1
<p>むぎいりごはん</p>				<p>こくとうパン</p>			<p>ごはん</p>			<p>むぎいりごはん</p>			<p>ごはん</p>						
26	696	20.3	22.0	27	620	31.1	23.5	28	600	24.2	15.5	29	608	25.4	15.8	30	639	28.1	26.6
<p>なつやさいのカレーライス</p>				<p>スープ</p>			<p>ごはん</p>			<p>むぎいりごはん</p>			<p>コッパン</p>						

※今月の富田林産は、キャベツ、玉葱、じゃが芋、茄子の一部を使用する予定です。

	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	ビタミン				食物繊維 g
						AμgRE	B1mg	B2mg	Cmg	
学校給食摂取基準	640	18.0~32.0	※ 25.0%~30.0%	350	3.0	170	0.40	0.40	20	5.0
6月平均栄養量	610	25.9	20.1 (29.7%)	315	2.7	340	0.37	0.50	23	3.7

※摂取エネルギー全体の25.0%~30.0%

● 献立表中の食品の数量の単位はgで中学年の量を示しています。
配分量は低学年(1年生・2年生)は0.85倍量、
高学年(5年生・6年生)は1.15倍量になります。

● 材料入荷のつごうにより、内容を多少変更することがありますので
ご了承ください。