

※食物アレルギーのある児童・生徒は、給食を食べる前に裏面の「詳細献立表」で内容を必ず確認しましょう。家庭・学級においても毎日確認してください。



食品群	体内ではたらく
赤の食品	血や肉、骨をつくる
黄の食品	働く力や体温となる
緑の食品	体の調子をととのえる

学校給食の栄養基準量		E=エネルギー	P=タンパク質	F=脂質
	小学校	650kcal	21.1~32.5g	14.4~21.7g
	中学校	830kcal	18.4~41.5g	18.4~27.7g

あけまして
おめでとう
ございます

今年もしっかり
食べて元気に
過ごそう!



「食べること」は体づくりの基本、そして生涯の楽しみであり、人とのきずなを深めることができます。今年も神原給食センター職員全員で、安全でおいしい給食づくりに頑張っていきますのでどうぞよろしくお願いいたします。

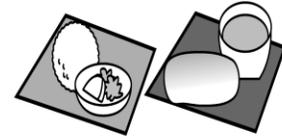
学校給食週間

食べ物に感謝しおき



神原学校給食センターでは、25日(月)~29日(金)までの1週間を給食週間とし、沖縄県産の食材を多く使い沖縄の魅力ある郷土料理を紹介していきます。私たちが生活している地域の食文化についても考えてみましょう。

給食週間期間中、神原小学校、神原中学校で県産野菜の実物展示を行います。直接触ってみましょう!



こんだて		5(火)	6(水)	7(木)	8(金)
		千切りイリチー みかん 牛乳 むぎごはん 豆乳入り豚汁	ブロccoliーサラダ あげぱん 白花豆スープ 牛乳	七草がゆ 魚のゆずみそ焼き いんげんのごまあえ 牛乳	鏡開き みたらし団子 しそごはん 大根の煮つけ 牛乳
小学校		E 618 P 22.1 F 15.6	E 638 P 24.9 F 25.5	E 375 P 25.3 F 11.8	E 647 P 20 F 19
中学校		E 727 P 25.4 F 17.2	E 734 P 28.3 F 28.8	E 426 P 29.2 F 12.5	E 770 P 23.3 F 21.1
こんだて	★給食欠食予定★ 小学校...欠食なし 中学校... 22日 中3欠食	12(火)	13(水)	14(木)	15(金)
		カレーおから 牛乳 むぎごはん 具だくさんみそ汁	メンチカツ 牛乳 大根サラダ ソースやきそば	カリフラワーサラダ 牛乳 むぎごはん ビーフストロガノフ	ロコモコ丼 やさいスープ 牛乳
小学校		E 602 P 22.6 F 18.7	E 593 P 21.4 F 30.1	E 639 P 21.2 F 19.8	E 582 P 23.3 F 20.2
中学校		E 714 P 25.9 F 20.9	E 712 P 24.9 F 36.5	E 764 P 24.3 F 22.3	E 703 P 27.4 F 23.5
こんだて	18(月) 	19(火)	20(水)	21(木)	22(金)
		ひじき炒め 牛乳 むぎごはん たまごスープ	ピクルスキャベツ 牛乳 パンにはさんてたべてね! ウインナーのミートソースかけ 白菜スープ コッペパン	きゅうりとわかめのじゃこあえ 牛乳 むぎごはん マーボー大根	オレンジ 牛乳 もやし炒め むぎごはん 肉団子スープ
小学校		E 567 P 22.4 F 18.2	E 529 P 23.6 F 21.1	E 572 P 23.5 F 16.8	E 509 P 18.7 F 11.2
中学校		E 678 P 26.2 F 20.1	E 636 P 27.7 F 23.8	E 684 P 27 F 18.6	E 602 P 21.4 F 11.9
こんだて	25(月) 学校給食週間 	26(火) 学校給食週間	27(水) 学校給食週間	28(木) 学校給食週間	29(金) 学校給食週間
		まぐろフライ 牛乳 大根のシークワサー和え クファージュシー	たんかん 牛乳 紅芋ウムニー スープの中にやさしいためんとめんをいれてね! 野菜そば	タコライス アーサ汁 牛乳	パパイアのツナあえ 牛乳 ミヌダル むぎごはん チムシンジ
小学校		E 637 P 24 F 20	E 646 P 24.9 F 19	E 640 P 28.5 F 22	E 688 P 30.3 F 23.3
中学校		E 761 P 27.7 F 22.5	E 753 P 28.8 F 21.3	E 762 P 33.5 F 24.9	E 793 P 34 F 24.2

※材料・天候によって献立を変更することがあります。※給食費は、毎月期限内に納めましょう。