

11月の予定献立表

※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	体内でのはたらき
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	650	21.1~32.5	14.4~21.7
	中学校	820	27.0~41.5	18.4~27.7

		琉球歴史文化の日				
こ ん だ て	1(月)					
	小学校	E 644	P 23.9	F 19.7		
中学校	E 756	P 27.2	F 21.9			
こ ん だ て	2(火)					
	小学校	E 648	P 27.7	F 21.6		
中学校	E 767	P 32.5	F 24.8			
こ ん だ て	3(水)					
	小学校	E 590	P 24.9	F 15.7		
中学校	E 681	P 28.4	F 17.4			
こ ん だ て	4(木)					
	小学校	E 653	P 24.3	F 21.7		
中学校	E 766	P 27.6	F 24.1			
こ ん だ て	8(月)					
	小学校	E 669	P 27.6	F 21.7		
中学校	E 788	P 31.4	F 24.5			
こ ん だ て	9(火)					
	小学校	E 647	P 21.7	F 12.2		
中学校	E 835	P 25.8	F 13.3			
こ ん だ て	10(水)					
	小学校	E 672	P 23.1	F 21.7		
中学校	E 798	P 26.6	F 24.4			
こ ん だ て	11(木)					
	小学校	E 539	P 19.5	F 15.7		
中学校	E 669	P 24.0	F 18.0			
こ ん だ て	12(金)					
	小学校	E 645	P 30.6	F 22.1		
中学校	E 764	P 36.2	F 25.0			
こ ん だ て	15(月)					
	小学校	E 552	P 21.5	F 12.3		
中学校	E 653	P 24.7	F 13.2			
こ ん だ て	16(火)					
	小学校	E 655	P 23.9	F 19.3		
中学校	E 772	P 27.8	F 21.8			
こ ん だ て	17(水)					
	小学校	E 612	P 27.1	F 22.2		
中学校	E 685	P 30.0	F 23.8			
こ ん だ て	18(木)					
	小学校	E 601	P 25.8	F 19.4		
中学校	E 696	P 29.8	F 21.9			
こ ん だ て	19(金)					
	小学校	E 675	P 24.5	F 19.4		
中学校	E 785	P 28.4	F 21.5			
こ ん だ て	22(月)					
	小学校	E 658	P 23.5	F 21.6		
中学校	E 767	P 27.2	F 24.0			
こ ん だ て	23(火)					
	小学校	E 672	P 30.9	F 21.1		
中学校	E 803	P 36.8	F 24.1			
こ ん だ て	24(水)					
	小学校	E 672	P 30.9	F 21.1		
中学校	E 803	P 36.8	F 24.1			
こ ん だ て	25(木)					
	小学校	E 616	P 28.4	F 18.5		
中学校	E 747	P 34.2	F 21.4			
こ ん だ て	26(金)					
	小学校	E 522	P 22.1	F 16.3		
中学校	E 585	P 24.5	F 17.0			
こ ん だ て	29(月)					
	小学校	E 625	P 28.1	F 21.6		
中学校	E 743	P 32.7	F 24.4			
こ ん だ て	30(火)					
	小学校	E 630	P 20.2	F 18.0		
中学校	E 746	P 23.2	F 20.0			

※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、早めに納めましょう。