令和4年

1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。

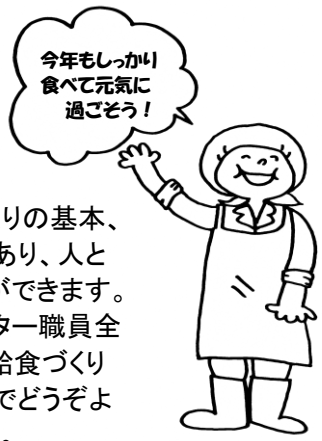
神原学校給食センター
TEL: 917-3479
FAX: 917-3479

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	体の調子をととのえる

学校給食の栄養基準量		E=ｴﾈﾙｷﾞｰ	P=ﾀﾝﾊﾟｸ質	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

こんだて

あけまして
おめでとう
ございます



「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。

5(水)
千切りイリチー / みかん / むぎごはん / 豆乳入り豚汁 / 牛乳

	E	P	F
小学校	614	25.4	13.7
中学校	720	29.2	15.0

6(木)
ブロッコリーサラダ / あげぱん / 白花豆スープ / 牛乳

	E	P	F
小学校	631	25.4	23.5
中学校	723	28.8	26.5

7(金)
魚のゆずみそ焼き / 七草がゆ / いんげんのゴマあえ / 牛乳

	E	P	F
小学校	396	21.1	13.8
中学校	449	24.4	15.1

こんだて

11(火)
みたらし団子 / しそごはん / 大根の煮つけ / 牛乳

	E	P	F
小学校	589	21.9	12.6
中学校	701	25.6	13.5

12(水)
山芋入りふんわり豆腐ハンバーグ / ソースやきそば / 大根サラダ / 牛乳

	E	P	F
小学校	507	23.8	20.6
中学校	610	27.8	25.1

13(木)

14(金)
ロコモコ(ハンバーグ・目玉焼き) / きびごはん / やさいスープ / 牛乳

	E	P	F
小学校	576	22.7	17.1
中学校	685	26.5	18.9

こんだて

17(月)
ロコモコ(ハンバーグ・目玉焼き) / きびごはん / やさいスープ / 牛乳

	E	P	F
小学校	576	22.7	17.1
中学校	685	26.5	18.9

18(火)
大葉あじフライ / チキンピラフ / カラフルサラダ / 牛乳

	E	P	F
小学校	587	21.0	17.4
中学校	670	23.4	19.2

19(水)

20(木)
きゅうりとわかめのツナあえ / きびごはん / マーボー大根 / 牛乳

	E	P	F
小学校	557	21.1	15.6
中学校	661	24.4	17.2

21(金)

こんだて

24(月)
まぐろフライ / クファジューシー / 大根のシークヮーサー和え / 牛乳

	E	P	F
小学校	637	25.0	19.1
中学校	742	28.9	21.4

25(火)

26(水)
沖縄そば(麺) / たんかん / 沖縄そば(汁・具) / 紅芋ウムニー / 牛乳

	E	P	F
小学校	586	27.5	15.3
中学校	706	32.7	17.3

27(木)

28(金)
パパイヤのツナあえ / ミヌダル / むぎごはん / チムシンジ / 牛乳

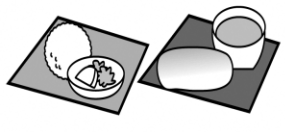
	E	P	F
小学校	684	30.4	23.3
中学校	785	34.1	24.2

こんだて

31(月)
パパイヤのツナあえ / ミヌダル / むぎごはん / チムシンジ / 牛乳

	E	P	F
小学校	684	30.4	23.3
中学校	785	34.1	24.2

学校給食週間



神原学校給食センターでは、24日(月)～28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う予定です。直接触ってみましょう♪

★給食欠食予定★

小学校・・・欠食なし

中学校・・・
28日、31日　中3欠食

※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。