

令和2年

5月の予定献立表

※食物アレルギーのある児童・生徒は、給食を食べる前に表面の「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	骨や体をつくる
緑の食品	体の調子をととのえる

※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、毎月納めましょう。

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	26.8	18	

こ ん だ て あ か き み ど り 小 学 校	<p>えいせいに 気をつけよう!</p> <p>給食当番さん気を付けて！ 給食当番は、クラス全員の給食を扱うので、特に清潔にすることが求められます。自分ひとりの問題ではなく、みんなのためにも給食当番は、きれいなエプロンを身につけ、しっかり手を洗いましょう。</p>		<p>21(木)</p> <p>おいわいゼリー からしないため ごはん イナムドゥチ</p>	<p>22(金)</p> <p>パン タコライス ごはん コーンスープ</p>		
	<p>25(月)</p> <p>おかかあえ 手作りつくだに ごはん にくじゃが</p>		<p>26(火)</p> <p>ウムクジ天ぷら もずくどん みそしる</p>	<p>27(水)</p> <p>ソーキにつけ やさいそば しそあえ</p>	<p>28(木)</p> <p>バナナ すふた ごはん はるさめスープ</p>	<p>29(金)</p> <p>ごぼうサラダ クラムチャウダー ガーリックトースト</p>
	<p>あかき</p> <p>醤油、かつお、かつお節、カサリ、ひじき</p>		<p>あかき</p> <p>醤油、じゃがいも、あぶら、さとう、かたくり、べにいも、もち粉、いもくず</p>	<p>あかき</p> <p>おきなわそば、あぶら、さとう</p>	<p>あかき</p> <p>味噌、はるさめ、かたくり、こもぎ、あぶら、ごまめふら、さとう</p>	
	<p>みどり</p> <p>たまねぎ、にんじん、こんにゃく、きぬさや、はくさい、きゅうり</p>		<p>みどり</p> <p>だいこん、えのきたけ、ねぎ、たまねぎ、にんじん、赤ピーマン、コーン、しょうが</p>	<p>みどり</p> <p>たまねぎ、にんじん、キャベツ、ねぎ、しょうが、にんにく、だいこん、セロリ、しそ</p>	<p>みどり</p> <p>にんじん、チンゲンサイ、しめじ、しょうが、たまねぎ、ピーマン、たけのこ、しいたけ、バナナ</p>	
	<p>小学校</p> <p>G 547 P 20.1 F 11</p>		<p>小学校</p> <p>G 620 P 22.1 F 14.9</p>	<p>小学校</p> <p>G 630 P 34.8 F 22.5</p>	<p>小学校</p> <p>G 612 P 20.9 F 14.3</p>	<p>小学校</p> <p>G 607 P 21.5 F 25.1</p>

令和2年5月 詳細献立表(アレルギー) 那覇市立金城小学校 917-3489

※「詳細献立表」には、使用する食材と、アレルギー表示義務のある7品目及び下記の品目について表示しています。

学校給食の基準量	E=エネルギー	P=タンパク質	F=脂質
	650 Kcal	21.1~32.5g	14.4~21.7g

表示義務(特定原材料)7品目	その他
卵、乳、小麦、落花生(ピーナッツ)、えび、そば、かに	魚卵、よもぎ、貝類、ナッツ類(アーモンド・くるみ・カシューナッツ・くり)、イカ、タコ

※ 醤油と酢に含まれる「小麦」は表示しておりませんが、微量の小麦成分が含まれております。
※ 詳しい情報が必要な方、または不明な点がある場合は、給食室(給食センター)までお問い合わせください。
※ 給食を食べる前に、必ず内容を確認してください。
※ 材料、天候等により、献立を変更する場合があります。

日	曜日	こんだて	(あか) おもに体をつくるものになる食品	(きいろ) おもにエネルギーのものになる食品	(みどり) おもに体の調子を整えるものになる食品	調味料
21	木	ごはん イナムドゥチ からしないため おいわいゼリー	豚肉、かまぼこ、みそ ツナ、とうふ	こめ 油 さとう	こんにゃく、しいたけ からしなもやし、にんじん いちご、クランベリー	
22	金	ごはん コーンスープ(中華) タコライス パン	たまご 牛肉、豚肉、大豆、チーズ(乳)	こめ 片栗粉 油	ながねぎ、コーン たまねぎ、にんじん、にんにく、キャベツ 赤ピーマン パン	チリソース(小麦・乳)
25	月	ごはん にくじゃが おかかあえ 手作りつくだに	豚肉 かつおぶし カサリ、ひじき	こめ じゃがいも、油、さとう ごま、さとう	たまねぎ、にんじん、こんにゃく、絹さや はくさい、きゅうり	
26	火	ごはん みそしる もずくどん ウムクジ天ぷら	みそ 豚肉、もずく	こめ じゃがいも 油、さとう、片栗粉 いもくず、油	だいこん、えのきたけ、ねぎ たまねぎ、にんじん、赤ピーマン コーン、しょうが	
27	水	やさいそば しそあえ ソーキ煮つけ	豚肉、ちきあげ わかめ 豚ソーキ	沖崎そば(小麦)、油、さとう ドレッシング(小麦) さとう	たまねぎ、にんじん、キャベツ、ねぎ しょうが、にんにく だいこん、キャベツ、セロリ、しそ	
28	木	ごはん はるさめスープ すふた バナナ	鶏肉 豚肉	こめ 醤油 片栗粉、小麦粉、大豆油、ごま油 さとう	にんじん、チンゲンサイ、しめじ、しょうが しょうが、たまねぎ、にんじん、ピーマン たけのこ、しいたけ バナナ	
29	金	ガーリックトースト クラムチャウダー ごぼうサラダ	ベーコン、あさり、白はな豆 白いんげん豆、脱脂粉乳(乳)	食パン(小麦・乳)、バター(乳) じゃがいも、油、小麦粉、バター(乳) たまごなしマヨネーズ、ごま ドレッシング(小麦)	にんにく、パセリ たまねぎ、にんじん、しめじ、パセリ ウージパウダー ごぼう、にんじん、さやいんげん	