

令和7年
4月の予定献立表



那覇市立真嘉比小学校
TEL: 917-3473
FAX: 917-3473

※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。
※材料・天候によって献立を変更することがあります。

食品群	体内ではたつき
赤の食品	血やにく、骨をつくる
黄の食品	働く方や体温となる
緑の食品	体の調子をどとのえる

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

こ ん だ て あ か き み ど り 小 学 校	<p>4月 きゅうしよくむくひょう 給食目標</p> <p>きゅうしよく き りかい ○給食の決まりを理解し、 たの しょくじ 楽しく食事をしよう</p> <p>こんだてめい しょくひんめい ●献立名や食品名を しろ</p>	<p>1(火)</p> <p>ご入学・ご進級 おめでとうございます</p> <p>がつ しんせいかつ はじ がつこうきゅうしよく 4月から新生活が始まります。学校給食には、 こころ からだ せいちょう ささ やくわり 子どもたちの心と体の成長を支える役割があり ます。今年も安全・安心して、おいしい給食の提 ども つと ねが 供に努めますので、よろしくお願いします。</p>	<p>2(水)</p>	<p>3(木)</p> <p>給食時間の約束</p> <p>茶わんや汁わんは手に 持って食べよう</p> <p>好き嫌いをしてしないで 食べよう</p> <p>口に食べ物を入れたまま 話さないようにしましょう</p> <p>食べている途中で立ち 歩かないようにしましょう</p> <p>食事中にきたない話は やめよう</p> <p>よくかんで楽しく 食べよう</p>	<p>4(金)</p>
---	--	--	-------------	--	-------------

こ ん だ て あ か き み ど り 小 学 校	<p>7(月)</p> <p>保護者の みなさまへ</p> <p>きゅうしよくとうばん とき 給食当番の時は、マイ エプロン・帽子(三角巾) ・マスクを忘れずに持って きてください。</p> <p>しゅうまつ も かえ 週末に持ち帰りますの で、洗濯などのお手入れ をお願いします。</p>	<p>8(火)</p> <p>しぎょうしき 始業式</p>	<p>9(水)</p> <p>にゅうがくしき きゅうしよく 入学式・給食スタート</p> <p>おはなのとうふ ハンバーグ</p> <p>おいおい デザート</p> <p>牛乳</p> <p>クワージュシー</p> <p>こまつなの ごまあえ</p> <p>ぶたにく、きゅうにゅう、とりにく、とうふ、とりにく、とう ふにゅう ごめ、ごま、さとう、あぶら、まんぷん</p> <p>にんじん、きんぴらにんじん、ねぎ、はくさい、しいた げ、しょうが、こまつな、いちご</p> <p>E 578 P 21.9 F 21.2</p>	<p>10(木)</p> <p>もずくのチャブチェふう</p> <p>しゅうまい</p> <p>おぎごはん</p> <p>ワンタンスープ</p> <p>ぶたにく、きゅうにゅう、もずく、とりにく、みそ、だい ず</p> <p>さとう、ごまあぶら、ごま、おぎ、ごめ、ごまごこ、あぶ ら、まんぷん、パン</p> <p>たまねぎ、チンゲンサイ、にんじん、ながねぎ、ピーマン、あか ピーマン、えのきたけ、しいたけ、にんにく、しょうが</p> <p>E 586 P 23.9 F 19.3</p>	<p>11(金)</p> <p>チキンナゲット(2コ)</p> <p>スパゲティ ナポリタン</p> <p>はなやさい サラダ</p> <p>ウインナー、ぶたにく、とりにく、だいず、おから</p> <p>ごめ、あぶら、ドレッシング、さとう、ごま、スパゲ ティ、まんぷん、ごまごこ、ごめ</p> <p>きゅうり、たまねぎ、にんじん、ピーマン、あかピーマン、トマト、 マッシュルーム、にんにく、フロコリー、カリフラワー</p> <p>E 505 P 23.6 F 19.6</p>
---	--	--	---	--	--

こ ん だ て あ か き み ど り 小 学 校	<p>14(月)</p> <p>ぶたにくのねぎおいため</p> <p>れんこんいりつくね</p> <p>おぎごはん</p> <p>さつまじる</p> <p>ぶたにく、とりにく、きゅうにゅう、みそ、だいず</p> <p>さつまいも、ごまあぶら、ごま、おぎ、ごめ、ばんこ、あ ぶら、さとう、まんぷん</p> <p>キャベツ、たまねぎ、にんじん、ながねぎ、ねぎ、エリ ンギ、にんにく、れんこん、しょうが</p> <p>E 609 P 24.6 F 20.0</p>	<p>15(火)</p> <p>ねんせいきゅうしよく 1年生給食スタート</p> <p>おいおいゼリー(1年) ライゼリー(2~6年)</p> <p>だいいんサラダ</p> <p>おぎごはん</p> <p>チキンカレー</p> <p>とりにく、きゅうにゅう、だいず、ぶたレバー</p> <p>じゃがいも、さとう、あぶら、ごまごこ、おぎ、ごめ、乳 なしマーガリン</p> <p>きゅうり、だいこん、たまねぎ、にんじん、ピーマン、ト マト、にんにく、コンライチ</p> <p>E 628 P 20.3 F 18.6</p>	<p>16(水)</p> <p>きんぴらごぼう</p> <p>いわしのうめに</p> <p>おぎごはん</p> <p>つみれじる</p> <p>ぶたにく、きゅうにゅう、つみれ、いわし、かつおぶし</p> <p>さとう、ごまあぶら、あぶら、ごま、おぎ、ごめ、まんぷ ん</p> <p>さんじやく、ごぼう、こまつな、だいこん、にんじん、 ながねぎ、しょうが、うめ</p> <p>E 594 P 25.8 F 18.3</p>	<p>17(木)</p> <p>りゅうきゅうりょうり 琉球料理の日</p> <p>とうふチャンプルー</p> <p>べにいもだいふく</p> <p>おぎごはん</p> <p>アーサのみそる</p> <p>とうふ、ぶたにく、きゅうにゅう、みそ、アーサ</p> <p>あぶら、おぎ、ごめ、べにいも、もちこ、ごま、さとう</p> <p>キャベツ、たまねぎ、とうがんとん、にんじん、ながねぎ、 えのきたけ</p> <p>E 600 P 22.3 F 19.4</p>	<p>18(金)</p> <p>はるさめサラダ</p> <p>オレンジ</p> <p>おぎごはん</p> <p>マーボー豆腐</p> <p>とうふ、ぶたにく、ポーク、きゅうにゅう、だいず、み そ、ぶたレバー</p> <p>さとう、ごまあぶら、あぶら、はるさめ、まんぷん、き んぴら</p> <p>キャベツ、たまねぎ、にら、にんじん、ながねぎ、もやし、きくら げ、しいたけ、シークワサー、にんにく、しょうが、オレンジ</p> <p>E 628 P 26.5 F 19.1</p>
---	---	---	--	---	--

こ ん だ て あ か き み ど り 小 学 校	<p>21(月)</p> <p>りんご</p> <p>やきにくどん</p> <p>だいいんの みぞれスープ</p> <p>きゅうにゅう、とりにく、きゅうにゅう</p> <p>さとう、ごまあぶら、あぶら、まんぷん、ごま、おぎ、ご め</p> <p>だいこん、たまねぎ、にんじん、ながねぎ、ピーマン、あかピー マン、りんご、しいたけ、しめじ、にんにく、しょうが、にんにくの め</p> <p>E 568 P 22.9 F 15.8</p>	<p>22(火)</p> <p>ごもくうどん</p> <p>いろいろやさいの メンチカツ</p> <p>あぶらあげ、ぶたにく、きゅうにゅう、とりにく、だい ず</p> <p>うどん、パンこ、まんぷん、さとう、ごめ、あぶら</p> <p>だいこん、にんじん、ながねぎ、パクチョイ、しいた げ、たまねぎ、えだまめ、コーン、キャベツ、しょうが</p> <p>E 450 P 23.8 F 20.0</p>	<p>23(水)</p> <p>しらすあえ</p> <p>ちくわのオープンやき</p> <p>おぎごはん</p> <p>カレーふう みそる</p> <p>あぶらあげ、かつおぶし、ちくわ、ぶたにく、きゅう にゅう、ツナ、みそわかめ、しらす、ぶたレバー</p> <p>ごま、卵なしマーガリン、さとう、ごまあぶら、あぶ ら、おぎ、ごめ</p> <p>きゅうり、だいこん、さりほしたいこん、たまねぎ、チンゲンサ イ、にんじん、パセリ、シークワサー、にんにく、しょうが</p> <p>E 596 P 26.0 F 19.8</p>	<p>24(木)</p> <p>パインアップル</p> <p>アングルスー</p> <p>おぎごはん</p> <p>とうがんの につけ</p> <p>あつあげ、ぶたにく、きゅうにゅう、みそ、こんぶ</p> <p>さとう、あぶら、おぎ、ごめ</p> <p>こんにやく、とうがんとん、パイナップル、しょう が、いんげん</p> <p>E 604 P 23.8 F 17.5</p>	<p>25(金)</p> <p>フレンチサラダ</p> <p>コッペパン</p> <p>チキンの マスタードやき</p> <p>ちゅうりやうろ スープ</p> <p>どうにゅう、とりにく、きゅうにゅう、しろいんげんま め、みそ</p> <p>じゃがいも、卵なしマーガリン、ドレッシング、さ とう、ごまごこ、コッペパン、卵なしマーガリン</p> <p>キャベツ、きゅうり、たまねぎ、にんじん、あかピーマ ン、パセリ、コーン</p> <p>E 570 P 25.5 F 22.3</p>
---	---	---	--	--	---

こ ん だ て あ か き み ど り 小 学 校	<p>28(月)</p> <p>しらあえふう</p> <p>さつまポテト</p> <p>わかめごはん</p> <p>とんじる</p> <p>どうふ、ぶたにく、きゅうにゅう、わかめ、さとう、しろ いんげんまめ、みそ</p> <p>じゃがいも、さとう、ごまあぶら、ごま、さつまいも、さ とう、あぶら、ごめ</p> <p>こんにやく、キャベツ、ごぼう、こまつな、だいこん、 にんじん、ながねぎ、しめじ</p> <p>E 602 P 20.7 F 18.6</p>	<p>29(火)</p> <p>しょうわ 昭和三の日</p>	<p>30(水)</p> <p>チキンサラダ</p> <p>バナナ</p> <p>コーンリゾット</p> <p>あじフライ</p> <p>どうにゅう、ウインナー、とりにく、きゅうにゅう、みそ、 あじ</p> <p>ごめ、あぶら、さとう、ごま、乳なしマーガリン、パン こ、ごまごこ</p> <p>キャベツ、きゅうり、たまねぎ、にんじん、あかピーマン、パ ナナ、しめじ、パセリ、コーン、シークワサー、にんにく</p> <p>E 512 P 20.6 F 20.7</p>	<p>献立表確認のお願い</p> <p>まいつきくば こんだてひょう かにん ねが 毎月配られる献立表には、その日使われる食材 が書かれています。食べたことのない食材がある かもしれませんので、なるべく毎日確認しましょう。 特に、食物アレルギーをもつ 児童生徒・保護者のみなさんは アレルギー詳細献立表をしっかりと 確認するようにお願いします。</p>	
---	--	------------------------------------	---	---	--