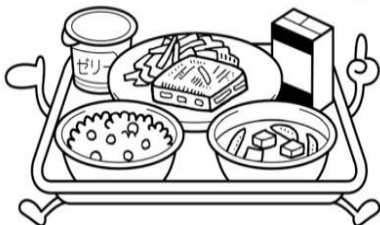
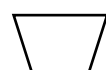
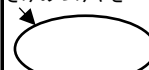
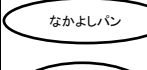
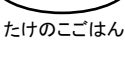


2019年 4月 学校給食予定こんだて表

那覇市立真嘉比小学校給食室
TEL:917-3473

月		火		水		木		金			
こんだて	4月のぎょうじ 8日：始業式・新任式 2～6年生給食スタート 9日：入学式 15日：1年生給食スタート 25日：春の遠足		4月 給食目標 ○給食のきまりを理解し、 楽しく食事をしよう ●献立名や食品名を知ろう		給食がはじまります！ 		 1年生は 4月15日から				
	栄養価										
こんだて	8日★給食スタート おいわけふく  ぶたにくの シークワーサーみそやき  黒米ごはん  ウサチ  なかみ汁	9日 ニューサマー  にくだんご  麦ごはん  チンジャオロース  はるさめスープ	10日 ひじきいため  いわしのうめに  麦ごはん  かしわ汁	11日 チーズ  コッパン  チリピーズ  スライスパン  しらすサラダ	12日 さつまポテト  麦ごはん  たくあんときゅうりの ごまずあえ  とうがんのそばろに	栄養価	E:716 P:29.7 F:20.4	E:623 P:24.6 F:17.6	E:627 P:28.7 F:20.8	E:662 P:26.0 F:21.9	E:597 P:19.5 F:17.6
	こんだて	15日★1年生給食スタート さくらゼリー  麦ごはん  春やさいサラダ  チキンカレー	16日 りんご  麦ごはん  もやしのナムル  マーボー豆腐	17日 アーモンドカル  もちきびごはん  きんぴらごぼう  わかたけ汁	18日 かぼちゃひきにくフライ  スパゲティナポリタン  フルーツヨーグルト	19日★食育の日こんだて からしなのささみあえ  さばのしょうがに  麦入り クファージュシー  アーサ汁	栄養価	E:649 P:19.0 F:19.5	E:635 P:24.6 F:20.8	E:629 P:27.9 F:21.0	E:575 P:18.9 F:20.8
こんだて		22日 きよみみかん  だしまきたまご  麦ごはん  やさいのうめあえ  肉じゃが	23日 ごまあえ  麦ごはん  さけのつけやき  とん汁	24日 ジャム  なかよしパン  キャベツメンチ  ブロッコリーサラダ  スープ	25日 はる えんそく 春の遠足 	26日★こどもの日こんだて カープゼリー  だしまきたまご  麦のこごはん  ししゃもフライ  おひたし	栄養価	E:628 P:27.2 F:15.4	E:593 P:30.6 F:14.9	E:634 P:22.6 F:22.5	
	給食の一日の基準栄養価 C=エネルギー 650Kcal P=たんぱく質 21.1～32.5g F=脂質 14.4～21.7g										

給食の一日の基準栄養価 C=エネルギー 650Kcal P=たんぱく質 21.1～32.5g F=脂質 14.4～21.7g

※天候、その他の都合により献立を変更する場合がございます。

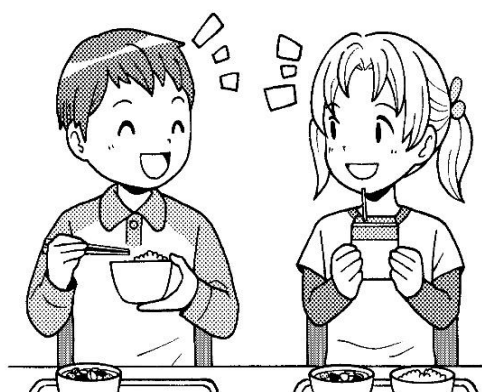
給食だより4月



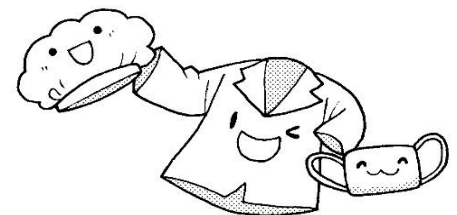
げんき 元気いっぱい
 ねんせい めんせい 1年生を迎え、新学期がスタートします。給食室も子どもたち
 あんぜん きゅうよく 安全に給食を食べられるように準備を進めております。
 きゅうよく 給食だよりでは、季節の食品や食文化、食事マナーなどについてお知らせ
 よてい していく予定です。今年度もよろしくお願いします。

学校給食の役割

がっこうきゅうよく えいよう 学校給食は栄養バランスのよい食事によって、
 こ 子どもの心身の健康や発達を支える
 しんしん けんこう にはもちろん、食に関する指導を効果的にすす
 めるための「生きた教材」でもあります。特に
 きゅうよく じ かん 給食の時間では、準備から後片づけまでの実践
 かつどう とお のぞ 活動を通して、望ましい食習慣や食に関する実
 せんりよく み 践力が身につきます。
 また、じ ばんぶつ きょうどうりり ぎょうじしよく と い 地場産物や郷土料理、行事食を取り入
 れているので、ちいさな ぶんか ぶん 地域の文化や伝統に対する理解
 かんしん ふか に関心を深めることができます。



エプロンの洗濯をお願いします！



きゅうよくとうばん しゅうまつ 給食当番は週末にエプロンを持ち帰りますので、
 せんたく せんたく 洗濯をお願いします。また、ボタンが取れそうになっ
 ていたり、ゴムがゆるんでいたりと直して
 いたくよう いただくようにお願いします。