



令和6年4月予定献立表



那覇市立松島小学校(給食室)
917-3485

※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	体内でのたらしき
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	26.8	18.05

※材料・天候によって献立を変更することがあります。

こ ん だ て	8(月) 始業式 入学・進級おめでとう	9(火) 2年~6年給食開始 進級お祝いクレープ クレープイリチー くろまい イナムドウチ ごはん	10(水) くだもの(オレンジ) たくあんのごまあえ ごはん ハヤシライス	11(木) とうふチャンプルー アングンスー きびごはん アーサ汁	12(金) ブロッコリーソテー チキンのハニーマスタードやき ごはん マッシュルームスープ
	小学校	E 544 P 30.0 F 13.5	E 627 P 21.6 F 16.2	E 595 P 24.7 F 14.2	E 646 P 27.1 F 19.6

今日から新学期がスタートしました! 給食は明日から開始です!	今日から給食開始です。今日は、琉球料理でお祝い御膳です。	ハヤシライスは、日本発祥の料理です。林さんという方が作った料理ともいわれています。	アングンスーは、豚肉を使ったみそです。ごはんのおともどうぞ!!	チキンのハニーマスタード焼きは、はちみつを使用しています。自然の甘さを味わってください。
--------------------------------	------------------------------	---	---------------------------------	--

こ ん だ て	15(月) くだもの(バナナ) さばのしおやき クファージュシー シカムドウチ	16(火) チンジャオロース べにいもだんご きびごはん 中華コーンスープ	17(水) くだもの(りんご) いわしの梅煮 わかめごはん にくじゃが	18(木) よい歯の日 きびなごのカレー揚げ きびごはん あつあげとやさいの旨煮	19(金) 食育の日 あじつけのり ヌンクグラー きびごはん チムシンジ
	小学校	E 587 P 32.5 F 18.9	E 641 P 23.3 F 16.1	E 654 P 27.2 F 17.8	E 619 P 25.6 F 17.3

シカムドウチは郷土料理です。豚肉、かまぼこ、椎茸などが入ったカツオブースのすまし汁です。	べにいもだんごは、もちもちしています。よく噛んで、ふさげず食べましょう!	松島っ子に人気!「にくじゃが」の登場です。ジャガイモにはビタミンCが多くはっています。	きびなごは頭からしっぽまで食べることができる小魚です。カルシウムたっぷり!よく噛んで食べましょう!!	今日は食育の日! 沖縄の郷土料理の登場です! チムシンジはレバーを使った料理です。鉄分たっぷり。
--	--------------------------------------	---	--	--

こ ん だ て	22(月) 1年生給食開始 お祝いリングタルト いろいろサラダ きびごはん チキンカレー	23(火) だいがくいも はるのかおりごはん さかなソーめんじる	24(水) ヨーグルト バンバンジー きびごはん マーボー豆腐	25(木) チーズ ぶたどん すまし汁	26(金) さかなのにんじんソースやき(カップ) もずく丼 フルーツポンチ
	小学校	E 701 P 21.8 F 20.6	E 563 P 25.1 F 14.4	E 732 P 32.1 F 26.0	E 618 P 30.8 F 18.1

今日から1年生の給食が始まりました。アレルギーフリーで甘めに作りました。	はるのかおりごはんに春の野菜「菜の花」が入っています。	ヨーグルトには乳酸菌が入っています。おなかの掃除を手伝ってください!	牛乳も残さず一人一本飲みましょう!!	松島っ子に人気な「もずく丼」の登場です。県産のモズクをたっぷり使用しています。
--------------------------------------	-----------------------------	------------------------------------	--------------------	---

こ ん だ て	29(月) 昭和の日	30(火) 春の遠足	学校給食の7つの目標			
	小学校		①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。 	②日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。 	③学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。 	④食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。
小学校			⑤食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。 	⑥我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。 	⑦食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。 	

保護者の方へ

学校給食に関するお知らせ

毎月、献立表を配布します。ご家庭での食事作りの参考にするなど、ご活用ください。また、給食で初めて食べた食品でアレルギー症状が出るケースがありますので、食べたことのない食品がある場合は、ご家庭で事前に食べてみることをお勧めします。



★4月の給食目標：給食の準備や片づけをきちんとしよう
★4月の栄養目標：献立表をみて食べ物の名前を知ろう

