



令和7年3月 予定献立表



那覇市立松島小学校

TEL: 917-3485

FAX: 917-3485

※食物アレルギーのある児童は、自宅や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。

家庭や学級においても毎日確認をしてください。

※材料や天候によって献立を変更することがあります。

食品群	体内でのほたらき
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	小学校	E=エネルギー	P=タンパク質	F=脂質
		650	26.8	18.05

～給食マナーチェック結果発表～

1位に輝いたのは・・・1年1組さん 1年3組さん
 3位は・・・4年2組さん
 おめでとうございます！上位3クラスのリクエストメニューを3月に実施します。★印のあるメニューをチェックしてね♪



6年生のみなさん ご卒業おめでとうございます



6年間クラスのみなと給食を食べて、心も体も成長できたのではないのでしょうか？

中学生になると、運動もして、体もどんどん大きくなります。今よりもバランスを考えた食事が大切になってきますね。

あなたが食べたものが、あなたの心と体を作ります。

食べることを大切にすることは、自分自身を大切にすることにつながります。給食から学んだことを生かし、健康で充実した毎日を送ってほしいと願っています。

☆6年生に給食の思い出や感想を聞きました☆

「毎日給食おいしいです いつもありがとうございます」
 「松島小学校の給食はとても美味しい沖縄の料理も多くてすごいです。でももっとすごいと思うのは調理員さんの労力です。少人数なのに約600人の給食を朝から準備しているのがとてもすごいです！」
 「前まで食べることが出来なかったレバーが給食に出たレバーの炒め物が食べようできた」
 給食室一同、みんなの声に励まされ、頑張る力となっています！
 嬉しいコメントをどうもありがとうございます！



	3(月) ぶたにくごもくいため ごはん あさりのすましじる	4(火) さいきょうやき たけのごはん いんげんのおかかマヨあえ	5(水) オレンジ キーマカレー 食パン ジュリエンスープ	6(木) タマナーチャンプルー ごはん イナムドウチ	7(金) 1年1組リクエスト ★チョコクレープ ビーンズサラダ スパゲティナポリタン
小学校	E 501 P 22.3 F 12.7	E 508 P 23.0 F 15.6	E 567 P 23.0 F 20.6	E 522 P 26.6 F 13.1	E 475 P 22.9 F 18.1
	今日の給食には、16品目の食品が入っています。健康な体を作るためには、一日30品目の食品を食べると良いと言われています。	「いんげんのおかかマヨあえ」は2年2組の男子児童から「おうちで食べておいしかった料理」を教えてくださいました♪	キーマカレーの「キーマ」はヒンディ語で「ひき肉」という意味で、ひき肉を使ったカレーのことを言います。	給食では、よく郷土料理が登場します。みんなが、郷土料理の味に慣れ親しんで、好きになってほしいからです。	給食マナーチャレンジで1位に輝いた、1年1組さんのリクエストメニュー「チョコクレープ」です！
	10(月) 6年リクエスト かみかみサラダ ごはん ★米粉のポークカレー	11(火) 4年2組リクエスト ★もずくどん ごはん わかめスープ	12(水) 1年3組リクエスト バナナ ささみチーズカツ ★ソースやきそば	13(木) キムチーズ肉じゃが ごはん にくだんごスープ	14(金) ひじきいため ゆかりごはん アーサと だいこんのすまし汁
小学校	E 590 P 20.8 F 16.8	E 509 P 20.0 F 13.1	E 515 P 21.1 F 20.9	E 496 P 19.0 F 11.9	E 468 P 19.3 F 10.4
	今日は、6年生のリクエスト3位の「カレー」です。アレルギーの子も食べられるように、米粉を使って作りました。	給食マナーチャレンジ3位の4年2組さんのリクエストメニュー「もずく丼」です。沖縄県の特産物を好きになってくれてありがとうございます！	給食マナーチャレンジ1位の1年3組さんのリクエストメニュー「ソースやきそば」です。野菜が一人105g入っています！	島尻地区で人気の「キムチーズ肉じゃが」。肉じゃがの優しい味とキムチのピリ辛味をチーズがうまく組み合わせられています。	成長期に欠かせない「鉄分」を摂取するため、ひじきやアサリ・レバーなどを意識して食べるようにしましょう。
	17(月) お祝いいちごゼリー いろどりサラダ ハンバーグ こくとうパン 米粉のコーンポタージュ	18(火) 卒業式 	19(水) 1年間ありがとうございました！ 修了式 	生活リズムを大切に！ 生活リズムを大切に！ 活動的に 早起き！ 遅くまで寝る！	
小学校	E 649 P 21.5 F 25.4				
	今年度最後の給食です！みなさんにとって、思い出に残る給食はありましたか？次年度も、モリモリ食べて、大きくなりますように！		もうすぐ春休み！ 	しんねんとむ じゅんぴ 準備をする機会に 新年度に向けて準備をする機会に しんねんとむ じゅんぴ 準備をする機会に 新年度が始まると、環境が変わり、心と体に負担がかかりやすくなります。春休み中も早寝・早起きを心がけ、朝ごはんをしっかり食べて体調を整えておきましょう。	

★新学期の給食開始日は、令和7年4月9日(水)です。マイエプロン・マイ三角巾を忘れず持って来てくださいね♪