

令和4年

4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

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。

那覇市立那覇小学校

TEL: 917-3478

FAX: 917-3478

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	働く力や体温となる
緑の食品	体の調子をどとのえる

学校給食の栄養基準量	小学校	E=1粒キ 650	P=7割ハ 21.1~32.5	F=脂質 14.4~21.7
------------	-----	-----------	-----------------	----------------

こんだて	<p>4月の給食目標</p> <p>○給食のきまりを理解し、楽しく食事をしよう</p> <p>●献立名や食品名を知ろう</p> <p>2~6年生:4月8日(金)~ 1年生:4月18日(月)~ 給食がはじまります!</p>				7(木)	8(金)
あか	<p>11(月) 冬瓜の日こんだて</p> <p>牛乳 麦ごはん はるまき 春雨サラダ 冬瓜の中華煮</p>				14(木) オレンジデー	15(金) 三月ウマチーこんだて
き	<p>12(火)</p> <p>牛乳 きびごはん サバのでんがくみそ焼き ほうれん草のおひたし わかたけ汁</p>				14(木)	15(金)
みどり	<p>13(水)</p> <p>牛乳 春野菜のペペロンチーノ ひじきサラダ キャベツのメンチカツ</p>				14(木)	15(金)
小学校	E 654 P 20.8 F 21.5	E 640 P 24.6 F 23.3	E 561 P 24.4 F 24.4	E 635 P 26.5 F 19.6	E 594 P 21.8 F 19.1	E 583 P 22.5 F 17
こんだて	<p>18(月) 1年生給食スタート</p> <p>牛乳 麦ごはん チキンカレー 春やさいサラダ お祝いいちごゼリー</p>				21(木)	22(金)
あか	<p>19(火)</p> <p>牛乳 麦ごはん マーボー豆腐 大根の中華サラダ りんご</p>				21(木)	22(金)
き	<p>20(水)</p> <p>牛乳 チキンライス 魚のマスタード焼き カラフルコーンサラダ カップde(て)ヤクルト</p>				21(木)	22(金)
みどり	<p>20(水)</p> <p>牛乳 チキンライス 魚のマスタード焼き カラフルコーンサラダ カップde(て)ヤクルト</p>				21(木)	22(金)
小学校	E 663 P 20.3 F 19.5	E 633 P 24.4 F 18.9	E 683 P 24.4 F 25.6	E 653 P 26.9 F 22.7	E 584 P 26.3 F 23.3	E 584 P 26.3 F 23.3
こんだて	<p>25(月)</p> <p>牛乳 麦ごはん ほきの洋風みそ焼き きんぴらごぼう アーサ汁 清見みかん</p>				28(木)	29(金)
あか	<p>26(火)</p> <p>牛乳 やきそば 大根のナムル 紅いもだんご</p>				28(木)	29(金)
き	<p>27(水)</p> <p>牛乳 麦ごはん カリボリ煮干し こまつなの和え物 冬瓜のにつけ</p>				28(木)	29(金)
みどり	<p>27(水)</p> <p>牛乳 麦ごはん カリボリ煮干し こまつなの和え物 冬瓜のにつけ</p>				28(木)	29(金)
小学校	E 574 P 25.3 F 15.9	E 532 P 19.9 F 21.8	E 569 P 25.6 F 14.7	E 651 P 22.5 F 26.8		



給食だより4月

那覇市立那覇小学校



元気いっぱい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がおいしく、安全に給食を食べられるように準備を進めております。給食室は子どもたちの健やかな成長と健康を助けるために、栄養バランスのとれた食事を提供していきます。また、調理面も安全・安心を第一に衛生管理を行っております。

給食だよりでは、季節の食品や食文化、栄養のことなどについてお知らせしていきます。

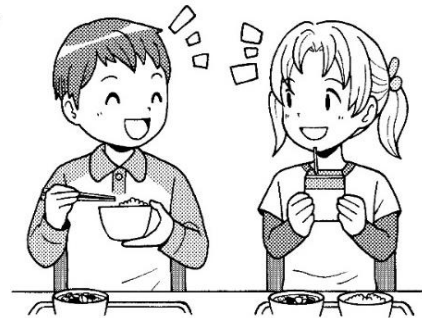
今年度もよろしくお願ひします。



学校給食の役割

学校給食は栄養バランスのよい食事によって、子どもたちの心身の健康や発育、発達を支えるのはもちろん、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。特に給食の時間では、準備から後片づけまでの実践活動を通して、望ましい食習慣や食に関する実践力が身につきます。

また、地場産物や郷土料理、行事食を取り入れているので、地域の文化や伝統に対する理解と関心を深めることができます。



給食当番の身支度のお約束

清潔な身支度で給食を配るために、守ってほしい約束があります。

帽子は髪の毛が出ないようにかぶりましょう。

髪が長い人は結んでから帽子をかぶりましょう。

清潔なエプロンを着ましょう。

マスクは、口と鼻が隠れるように身に付けましょう。

石けんを使ってきちんと手洗いをしましょう。

つめは短く切っておきましょう。

