

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。

食品群	体内ではたらし
赤の食品	血や肉、食をつくる
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	C=エネルギー	P=タンパク質	F=脂質
小学校	650	21.1~32.5	14.4~21.7


【今月の目標】  
○給食のきまりを理解し、楽しく食事をしよう ●献立（こんだて）名や食品名をしよう

**きまり①**




給食の前は、石けんできれいに手を洗いましょう。体育のあとは、ひじまでしっかり洗いましょう。

**きまり②**













給食当番は、清潔な帽子とエプロンで給食の準備をしましょう。髪の毛をしっかり帽子の中に入れましょう。台車は、ゆっくり運びましょう。サンプルケースで給食の配膳を確認しましょう。






**きまり③**





机の上は何もない状態で、きれいなふきんでふきます。


こんだて	7(月) 進級 おめでとう 	8(火)  にゆうがくおめでとう	9(水) 麦ごはん おとうふのハンバーグ イナムドウチ ごまあえ さくらゼリー 	10(木) 麦ごはん ガパオライス コンソメスープ 	11(金) さびごはん ひじきいため かきたま汁 とりのごまふうみやき 
あかさ			牛乳、とうふハンバーグ、ぶた肉、かまぼこ、みそ	牛乳、ぶた肉、大豆、とり肉	牛乳、ぶた肉、ひじき、チキアギ、大豆、卵、とうふ、とり肉
みどり			米、麦、さとう、でん粉、ごま	米、麦、さとう、ごま油、じゃがいも、油	米、もちきび、油、さとう、でん粉、ごま油、ごま
小学校			にんにく、こんにゃく、しいたけ、なの花、コーン、はくさい、にんじん	たまねぎ、ピーマン、赤ピーマン、黄ピーマン、しめじ、パジル、にんにく、にんじん、こまつな、コーン	にんじん、にら、こんにゃく、こまつ菜、たまねぎ、えのきたけ
			C 645 P 25.6 F 16.6	C 593 P 24.8 F 22.9	C 608 P 26.2 F 20.6

こんだて	14(月) 麦ごはん いわししょうがに ごもくきんぴら 豆乳みそ汁 	15(火) 麦ごはん チキンカレー 春やさいサラダ フルーツポンチ 	16(水) クワジャシュー さかなの梅マヨやき わかめと大根のあえもの 	17(木) さびごはん フーイリチー うむくじあんだぎー アーサととうがんのみそ汁 	18(金) バーガーパン てりやきハンバーグ コールスロー キャロットスープ 
あかさ	牛乳、いわししょうがに、ぶた肉、チキアギ、油あげ、豆乳、みそ	牛乳、とり肉、ぶたレバー	牛乳、ぶた肉、こんぶ、かまぼこ、まぐろ、みそ、わかめ	牛乳、ぶた肉、卵、アーサ、とうふ、みそ	牛乳、とり肉、いんげん豆、豆乳、ハンバーグ
みどり	ごぼう、にんじん、いんげん、こんにゃく、だいこん、はくさい、しめじ	たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく、トマト、キャベツ、赤ピーマン、コーン、アロココリー、カリフラワー、みかん、黄桃、ナタデココ	にんじん、青ねぎ、うめ、こんにゃく、寒天、だいこん、キャベツ、コーン、レモン	にんじん、キャベツ、からし菜、にんにく、とうがん、えのきたけ	キャベツ、はくさい、きゅうり、にんじん、コーン、たまねぎ、パセリ、にんにく
小学校	C 602 P 23.0 F 19.5	C 653 P 20.7 F 18.7	C 506 P 23.3 F 16.2	C 631 P 22.6 F 15.9	C 812 P 31.4 F 26.5

こんだて	21(月) 麦ごはん 肉じゃが ごまつくね 白菜のさっぱりあえ 	22(火) コッペパン とうがんクリーム煮 ほうれん草オムレツ ブロッコリーサラダ 	23(水) チキンライス さかなのパン粉やき グリーンサラダ 	24(木) 麦ごはん とりのピリからやき パイパイイリチー もずくのおつゆ 	25(金) ごもくうどん もずく天ぷら バナナ 
あかさ	牛乳、ぶた肉、とりにく	牛乳、とり肉、ベーコン、豆乳、いんげん豆、ほうれん草入りオムレツ、麩	牛乳、とり肉、ウインナー、シルバー、とりにく	牛乳、とり肉、みそ、チキアギ、ツナ、もずく	牛乳、とり肉、油あげ、みそ、もずく、ちくわ、卵
みどり	にんじん、たまねぎ、いんげん、こんにゃく、はくさい、きゅうり、ゆず	とうがん、にんじん、たまねぎ、しめじ、アスパラガス、にんにく、ブロッコリー、キャベツ、きゅうり、コーン	にんじん、たまねぎ、ピーマン、コーン、パジル、パセリ、キャベツ、きゅうり、ブロッコリー	しょうが、にんにく、パイパイ、にんじん、にら、えのきたけ、とうがん	はくさい、にんじん、たまねぎ、こまつな、バナナ
小学校	C 584 P 23.4 F 14.1	C 557 P 24.5 F 22.5	C 530 P 20.5 F 19.4	C 538 P 20.6 F 14.3	C 480 P 18.0 F 14.0

28(月)  
麦ごはん  
ジャージャン豆腐  
パンサンスー  
オレンジ  


29(火)  
  
**みどりの日**

30(水)  
スパゲティ  
ナポリタン  
さかなのパジルやき  
さつまいものサラダ  


給食室より  
みなさんの「うちそうさまでした!」「給食、おいしかったです。」の声掛けが一番うれしく、はげみになります。調理員6名で協力しながら、令和7年度も那覇小学校の児童のために、安全でおいしい給食を心をこめて作ります。よろしくお願いいたします。

