

令和元年

7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 | 体の調子をととのえる |

小禄学校給食センター

TEL:098-917-3459

| 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        | 640     | 24      | 17.7 |
| 中学校        | 820     | 30      | 25   |

| こ<br>ん<br>だ<br>て | 1(月) パパイヤリチー                                                                  | 2(火)                | 3(水)                | 4(木)                | 5(金) セタ献立           |
|------------------|-------------------------------------------------------------------------------|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|
|                  |                                                                               |                     |                     |                     |                     |
| 小学校              | C 664 P 25.2 F 16.3                                                           | C 632 P 25.2 F 20.9 | C 605 P 26 F 16.6   | C 677 P 29.1 F 24.8 | C 422 P 15.8 F 8.6  |
| 中学校              | C 763 P 29.2 F 17.3                                                           | C 721 P 28.6 F 23.5 | C 719 P 29.9 F 18.5 | C 785 P 32.8 F 26.7 | C 500 P 18 F 8.8    |
| こ<br>ん<br>だ<br>て | 8(月) ゴーヤサラダ                                                                   | 9(火)                | 10(水)               | 11(木)               | 12(金)               |
|                  |                                                                               |                     |                     |                     |                     |
| 小学校              | C 744 P 26.3 F 28.4                                                           | C 595 P 24.9 F 17.7 | C 585 P 26.9 F 19.5 | C 711 P 30.8 F 28.6 | C 611 P 25.5 F 17.7 |
| 中学校              | C 887 P 30.4 F 32.4                                                           | C 706 P 28.7 F 19.7 | C 653 P 29.2 F 21.1 | C 791 P 33.7 F 30.4 | C 704 P 28.3 F 18.7 |
| こ<br>ん<br>だ<br>て | ●7月の欠食予定                                                                      | 16(火)               | 17(水)               | 18(木)               | 19(金)               |
|                  | <p>7月1日<br/>金城中 欠食<br/>7月4日<br/>垣花小 1年欠食<br/>7月4、5日<br/>さつき小 特支<br/>10名欠食</p> |                     |                     |                     |                     |
| 小学校              | C P F                                                                         | C 594 P 24.4 F 18.1 | C 495 P 21.3 F 11.1 | C 483 P 22.6 F 14.4 | C 613 P 24.5 F 18.9 |
| 中学校              | C P F                                                                         | C 685 P 26.7 F 18.6 | C 562 P 24.4 F 11.7 | C 548 P 25.4 F 15.7 | C 749 P 28.6 F 21.2 |

8月の予定献立表

| こ<br>ん<br>だ<br>て | 26(月)               | 27(火)               | 28(水)               | 29(木)               | 30(金)               |
|------------------|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|
|                  |                     |                     |                     |                     |                     |
| 小学校              | C 674 P 22.9 F 18.9 | C 585 P 22.4 F 18.1 | C 644 P 23.5 F 23.3 | C 567 P 22.9 F 11.8 | C 593 P 25.7 F 17.9 |
| 中学校              | C 799 P 26.2 F 21.3 | C 698 P 26 F 20.1   | C 733 P 26.4 F 26.1 | C 671 P 26.3 F 12.6 | C 702 P 29.9 F 19.9 |

～食と子供の健康展～

日時：令和元年7月13日(土)10:00～17:00  
場所：イオンタウン南城大里

広域マップ



7月のもくひょう：地場産物についてしよう  
8月のもくひょう：暑さにまけない食事しよう

7月は県産品奨励月間です。県産品奨励月間とは、県内で作られている様々なものを地元沖縄でもっと消費して、沖縄を活性化させようという県民運動です。給食では、日頃から県産食材を積極的に使っていますが、県産品奨励月間に合わせて、いろいろな献立を計画しています。7月はゴーヤー、とうがん、ヘチマといった代表的な夏野菜、今が旬のモイなど、また、アーサやもずくなどの海そう類、豚肉など様々な県産品があります。ご家庭でも県産品を使用してみてください。また、7月13日にイオンタウン南城大里で食と子供の健康展があります。ぜひ、参加してください！

※材料・天候によって献立を変更することがあります。  
※給食費は、毎月10日までに納めましょう。(毎月の食材にあてる大切な費用です)