

4月 の予定献立表

TEL: 917-3459

FAX: 858-0424

※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	21.1~32.5	14.4~21.7
	中学校	830	27.0~41.5	18.4~27.7

ご入学・ご進級おめでとうございます

ピカピカの新入生を迎えて新しい1年が始まりました。学校給食では、衛生面に気をつけて、栄養バランスの良い食事を提供し、成長期の子どもの心と体の発達を支えていきたいと思ひます。1年間よろしくお願いいたします♪

また、この時期は環境が変わり、体調をくずしやすい時期です。1日3回の食事と十分な睡眠を心がけましょう。

《新1年生の給食開始日》 10日・・・小禄中・金城中
15日・・・垣花小・小禄小・さつき小

★じゅんぴ・かたづけのやくそく★



いただきます！の前に
せっけんでしっかりと
手を洗いましょう！

汁ものは、具が多かったり
少なかったりしないように
底までよくかき混ぜ、
ていねいに配ぜんしょう！



デザートの袋や紙スプーン、
ティッシュなどのゴミを
おぜんに残さないでね！
くだもの皮、ソーキの骨は、
食缶に入れないでね！



	こ ん だ て	給食提供がない日 25日・・・垣花小、さつき小 28日・・・小禄小 30日・・・小禄中	8(火)	9(水)	10(木)	11(金)
			りんご にくじゃが きびごはん どうふのすましじる	ごまサラダ ぜんりゅうふんパン とうにゅう クリームシチュー	おいおいゼリー とうがんのにつけ しそごはん こまつなのみそしる	ハンバーグ コーンピラフ ブロッコリーサラダ
小学校			E 616 P 23.1 F 18.1	E 629 P 22.9 F 26.3	E 614 P 20.6 F 21.0	E 587 P 22.5 F 20.4
中学校			E 725 P 26.6 F 20.4	E 724 P 26.0 F 29.9	E 720 P 23.8 F 23.7	E 668 P 24.9 F 21.6
	こ ん だ て	14(月)	15(火)	16(水)	17(木) 琉球料理の日	18(金)
		じゃがいもきんぴら いわしのみそに きびごはん わかめスープ	おいおいゼリー (小学校1年生) ミニオンスポテト (むぎごはん) (ルウ) やさしいカレー	カルフィッシュ はるさめサラダ ごはん マーボー豆腐	ヌンクグアー ウムクジてんぶら ごはん アーサじる	ポテトとえだまめのサラダ あげパン(中学校) マッシュルーム こくとうパン(小学校) スープ
小学校		E 622 P 29.3 F 17.7	E 656/615 P 21/20.6 F 19.1/18.4	E 621 P 27.4 F 19.9	E 601 P 20.5 F 21.7	E 589 P 22.8 F 20.3
中学校		E 729 P 33.0 F 19.4	E 751 P 23.8 F 22.8	E 734 P 31.3 F 22.3	E 767 P 23.8 F 26.5	E 714 P 27.6 F 26.4
	こ ん だ て	21(月)	22(火)	23(水)	24(木)	25(金)
		とうにゅうプリンタルト だいこんのそぼろに もずくとあかうおのみそしる むぎごはん	かぼちゃコロッケ ビーンズサラダ スパゲティ・ナポリタン	はくさいのいそあえ さばのしおやき きびごはん だいこんのみそしる	にんじんサラダ あげパン(小学校) さつまいもの こくとうパン(中学校) シチュー	あまなつ すぶたふういため わかめごはん ちゅうかコーンスープ
小学校		E 667 P 24.3 F 22.2	E 615 P 22.1 F 25.5	E 608 P 24.5 F 22.2	E 679 P 26.0 F 24.4	E 583 P 22.1 F 16.7
中学校		E 776 P 27.8 F 23.9	E 687 P 24.6 F 27.7	E 699 P 27.2 F 23.1	E 740 P 27.8 F 23.8	E 693 P 26.4 F 18.9
	こ ん だ て	28(月)	29(火)	30(水)	【4月のもくひょう】 しよくひんのなまえやはたらきをしよう	
		ふりかけ でこぼん フータンヤー あつあげのみそしる むぎごはん	昭和の日 しょうわのひ	かつおカツ とりめし きりぼしだいこんの シークワーサーあえ	ごはん・あぶらパン・いも類 やさいくだもの たまご・ぎゅうにゅうさかな・にく・まめ	
小学校		E 621 P 21.6 F 20.4		E 572 P 20.6 F 18.5		
中学校		E 733 P 25.1 F 23.0		E 653 P 22.6 F 19.7		

※材料・天候によって献立を変更することがあります。