

幼稚園	小学校	中学校
豊見城幼 94人	豊見城小 551人	豊見城中 891人
とよみ幼 84人	とよみ小 736人	長嶺中 644人
長嶺幼 72人	長嶺小 603人	伊良波中 820人
座安幼 88人	座安小 438人	
上田幼 119人	上田小 728人	
伊良波幼 105人	伊良波小 680人	
豊崎幼 92人	豊崎小 869人	
ゆたか幼 144人	ゆたか小 564人	
合計 8322人		

学校給食の栄養基準量	学校	エネルギー	たんぱく質	脂肪
小学校		640kcal	24g	20.3g
中学校		820kcal	30g	29.6g

平成27年度 豊見城市立学校給食センター ☎850-4585

7・8月の予定献立表



アレルギー対象原材料を含まず	卵	鶏卵	肉	乳	乳及び乳製品	マ	マンゴー	さ	さ	ば	ゼ
	鶏	鶏	鶏	牛	牛	豆	パイナップル	さ	さ	ご	ゼラチン
	卵	卵	鶏	牛	牛	豆	アサリ	さ	さ	ご	アモ
	鶏	鶏	鶏	牛	牛	豆	大豆	さ	さ	ご	アーモンド
	卵	卵	鶏	牛	牛	豆	豚	さ	さ	ご	
	鶏	鶏	鶏	牛	牛	豆	豚	さ	さ	ご	

材料与体内ではたらき	
赤の食品	血や肉や骨をつくる。
黄の食品	働く力や体温となる。
緑の食品	からだの調子をととのえる。



1学期前半の給食ももうすぐで終わります。暑くなると体力が消耗しやすくなります。好き嫌いせずに食べるようにしましょう。バランスのとれた食事・睡眠・運動に気をつけて、楽しい夏を元気に過ごしましょう。



☆暑さに負けない食事のとり方
 ・暑さに負けないための食品を知る。
 ・夏の食べ物のとり方。
 ☆好き嫌いをなくそう
 ☆規則正しい食習慣をお身に付けよう

★給食費は納め忘れのない口座振替をおすすめします★

こんだて	～食と子どもの健康展～ あそびにきてね♪				
あかきみどり	日時：平成27年7月4日(土) 10:00～18:00 場所：サンエー経塚シティ ●学校給食に関する展示 ●地産産物の展示 ●クイズ・ゲームコーナー ●子ども栄養相談 ●学校給食用食材の紹介、試食				
こんだて	1 水	2 木	3 金	6 月	7 火
あかきみどり	ゴーヤとモウイのサラダ ドレッシング シークワサーソルベ ごはん 牛乳、豚肉、ツナ、脱脂粉乳	野菜いため 黒糖ビーンズ きびごはん 牛乳、豚肉、白かまぼこ、大豆、ベーコン、ツナ、厚揚げ、甘口みそ	もずくいり卵焼き さつま汁 たきこみごはん 牛乳、鶏肉、チキアギ、ひじき、豚肉、沖縄豆腐、卵、もずく、みそ	コロ天 大根と厚揚げの炒め煮 ごはん 牛乳、厚揚げ、鶏肉、魚肉すり身	七タフルーツポンチ チキンライス ハンバーグ 野菜スープ 牛乳、ベーコン、鶏肉、豚肉
こんだて	8 水	9 木	10 金	13 月	14 火
あかきみどり	まぐろフライ ぶりおろし煮 ごはん 牛乳、豚肉、厚揚げ、こうや豆腐、まぐろ、ぶり	ビビンバ わかめスープ ごはん 牛乳、鶏肉、豆腐、ちくわ、わかめ、豚肉、牛肉、ハム	ひじきいため オレンジ けんちんじる 牛乳、鶏肉、とうふ、豚肉、ベーコン、しらす、ひじき、チキアギ、大豆、うすあげ	まぐろフライ ぶりおろし煮 にくじゃが ごはん 牛乳、豚肉、まぐろ、ぶり	いんげんソテー マンゴ 揚げパン パクチョイのクリーム煮 紅いもパン 牛乳、鶏肉、脱脂粉乳、きなこ、ウインナー、ひよこめ、チーズ
こんだて	15 水	16 木	17 金	夏のお生活	
あかきみどり	ヨーグルト にこみうどん 野菜つくね 牛乳、豚肉、ヨーグルト、鶏肉	ゴーヤチャンプルー しそ味ひじき きびごはん しかむどうち 牛乳、豚肉、かまぼこ、ベーコン、ツナ、沖縄豆腐、たまご、ひじき	ドライカレー ごはん 冬瓜スープ 牛乳、ベーコン、豚肉、こうや豆腐、大豆	夏のお生活 こんなことに気をつけましょう	
こんだて	28 金 ぎょうざ かぼちゃムース へちまの中華煮 ごはん 牛乳、豚肉、豆腐、みそ				
あかきみどり	8月の予定献立 こんな生活をしていませんか。				
こんだて	31 月	クーラーの部屋に入りっぱなし 夜ふかし 食事を三食きちんと食べない 冷たいものを多く食べたり飲んだりしている			
あかきみどり	やきにくどん オレンジ アーサ汁 麦ごはん 牛乳、アーサ、かまぼこ、沖縄豆腐、豚肉、こうや豆腐、たまご	朝ご飯をしっかりと食べる。 夏野菜をたっぷり食べる。 冷房に気をつける。 食中毒に気をつける。			
あかきみどり	ねぎ、にんじん、にんにく、たまねぎ こまつな、オレンジ、たけのこ、こんにゃく	朝ねぼうして朝ごはんを食べない 夏バテ			

★学校給食は皆さまの納める給食費からつくられます。毎月10日までに納めましょう★
 ☆材料、天候、その他の都合により献立変更する場合があります。