

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

11月の予定献立表

平成27年度 豊見城市立学校給食センター ☎850-4585



アレルギー対象 原材料を含みます	卵…卵 鶏…鶏 ピー…花生 (ピーナツ)	肉 鶏 豚 牛 ご	乳…乳 小乳 製麦 小麦 牛 ご	乳及び 乳製品 肉 ま	マ…マンゴー パ…パイン ア…アサリ 豆…大豆 豚…豚	さ…さば り…りんご エ…エビ イ…イカ カ…カニ	ゼ…ゼラチン アモ…アーモンド や…やまいも
---------------------	-------------------------------	-----------------------	---------------------------------	----------------------	---	---------------------------------------	------------------------------

材料と体内ではたらき	
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。

11月 栄養指導目標

げんきな子ども(黄色の食品)
●おもに熱や力のもとになる(元気がでる)食品について知る。

- *炭水化物 穀類…米、パン、めん、芋類(じゃがいも、さつまいも、さといもなど) 砂糖類…グラニュー糖、黒糖、はちみつなど
- *脂肪 油脂類…バター、マーガリン、植物油など

★給食費は納め忘れない口座振替をおすすめします★

★ こんだて あかき みどり	2月 こんだて あかき みどり	文化の日 ごはんとオムレツ	4水 ごはんと沢煮椀	5木 ごはんとビーフシチュー	6金 ごはんとイナムルチ
	9月 こんだて あかき みどり	ごはんとマーボーなす	10火 ごはんとのっぺいじる	11水 ごはんとにつけ	12木 ごはんともずくのすまし汁
	16月 こんだて あかき みどり	ごはんとにんじんスープ	17火 ごはんと中華スープ	18水 ごはんとみそしる	19木 ごはんと五目汁
★ こんだて あかき みどり	24火 ごはんとキャベツスープ	25水 ごはんとぜんざい	26木 ごはんと豚汁	27金 ごはんとアーサ汁	
	30月 ごはんとさつまじる	感謝の心を持って食べましょう			



感謝の心を持って食べましょう

わたしがふだんに食べている肉や魚、お米、野菜などは、もとは生きていたものです。それらの命をいただいて、私たちは自分の命を養っています。また、食事が出来るまでには、食材を育てたり、とったり、運んだり、調理したりと、たくさんの人が関わっています。食事の際は、感謝の気持ちを込めて「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしましょう。

いただきます
いただきます
いただきます

食事を準備してくれた人への感謝

★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。