

幼稚園	小学校	中学校
豊見城幼 88人	豊見城小 560人	長嶺中 627人
とよみ幼 119人	とよみ小 732人	豊見城中 891人
長嶺幼 91人	長嶺小 557人	伊良波中 81人
座安幼 91人	座安小 435人	
上田幼 112人	上田小 724人	
伊良波幼 92人	伊良波小 692人	
豊崎幼 94人	豊崎小 889人	
ゆたか幼 174人	ゆたか小 594人	
合計 8,373人		

平成29年 豊見城市立学校給食センター ☎ 850・4585

2月の予定献立表



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

ア アレルギー対象 原材料を含みます	卵…卵 鶏…鶏肉 ビ…落花生 (ピーナツ)	乳…乳及び 乳製品 麦…小麦 牛…牛肉 ご…ごま	マ…マンゴー パ…パイナップル ア…アサリ 豆…大豆 豚…豚肉	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 カシ…カシューナッツ も…もも
--------------------------	--------------------------------	--------------------------------------	---	---------------------------------------	--

材料と体内でのたたらき	
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。

2月3日 節分

大豆のヒミツを知ろう

節分の豆まきに欠かせない「大豆」は昔から日本人の食生活になくてはならない食材です。たんぱく質や脂質を多く含んでいることが特徴で「畑の肉」ともいわれます。そのまま料理に使うほか、さまざまな食品に加工されています。

『おきなわ花と食のフェスティバル2017』のお知らせ

日時：平成29年2月4日(土) 10:00~18:00
平成29年2月5日(日) 10:00~15:00
会場：那覇市奥武山公園 アリーナ内展示会場
《沖縄県学校栄養士会担当コーナー》
展示内容：食育SATシステム(体験型食育栄養バランスチェック)
学校給食のうつりかわり、など
ぜひ遊びに来てください

給食費は納め忘れのない口座振替をおすすめします

<p>油断大敵 風邪予防の徹底を!</p> <p>2月4日は「立春」で暦の上では春となりますが、まだまだ寒い日が続きます。風邪やインフルエンザが猛威を振っていますので、外出後は必ず手洗い・うがいをし、栄養と睡眠をしっかりとりとることが肝心です。また、過度に体を動かし、風邪に負けない体をつくりましょう。この時期はなるべく人混みへの外出を控え、外出時にはマスクの着用を忘れずに。</p> <p>受験生のみなさんは、体調管理を第一に! ビタミンCには、風邪予防だけでなく、ストレスに対抗する作用もあります。野菜や果物を毎食取り入れましょう。</p>	<p>1水 みかん</p> <p>グイクイリチー ②豚ごま豆</p> <p>ごはん</p> <p>アーサ汁 ②豆</p>	<p>2木 マカロニサラダ</p> <p>②小麦豆</p> <p>ドレッシング ②小麦豆、鶏豚ゼ</p> <p>ごはん</p> <p>チキンカレー ②鶏豆乳、麦、牛豚ゼ</p>	<p>3金 節分豆</p> <p>②豚ごま豆</p> <p>キャベツのごま炒め ②豚ごま豆</p> <p>ごはん</p> <p>豚汁 ②豚豆麦</p>
<p>6月 鶏肉と野菜のアーモンドソテー ②鶏豆、アモ、麦、豚</p> <p>コッペパン ②麦豆乳</p> <p>フイヤベニス風スープ ②えい、麦、豚、豆、鶏</p>	<p>7火 ごぼうまき</p> <p>ごはん</p> <p>だいごんのそば煮 ②豚豆、鶏麦</p>	<p>8水 かぼちゃチップス ②豆麦</p> <p>ごはん</p> <p>おやこどん ②鶏乳、麦、卵豆</p>	<p>9木 からしな炒め ②豚乳、豆麦</p> <p>ごはん</p> <p>大根のすまし汁 ②豚、鶏豆麦</p>
<p>13月 ちくぜんに ②鶏豆、麦、豚</p> <p>ごはん</p> <p>すましじる ②豆、鶏、麦、卵</p>	<p>14火 フルーツポンチ ②パリも豆</p> <p>ごはん</p> <p>ハヤシライス ②豚豆乳、牛、麦、鶏</p>	<p>15水 ムンクグラー ②豚豆麦</p> <p>ごはん</p> <p>なかみ汁 ②豚豆麦</p>	<p>16木 さつまいものナッツがらめ ②豆麦、アモリ</p> <p>コッペパン ②麦豆乳</p> <p>クリームシチュー ②鶏豆、麦乳、豚</p>
<p>20月 チリコンカン ②豆、鶏乳、豚、麦</p> <p>ごはん</p> <p>野菜スープ ②乳豆、麦、豚</p>	<p>21火 ビビンバ ②ご豆、麦乳、豚</p> <p>ごはん</p> <p>わかめスープ ②豚、麦、豆、鶏</p>	<p>22水 ケーフィリチー ②豚豆、麦、鶏</p> <p>みかん</p> <p>ごはん</p> <p>シカムドゥチ ②豚豆麦</p>	<p>23木 ブロッコリーソテー ②豚、鶏豆乳、麦</p> <p>あげパン ②豆、麦乳、アモ(豊見とよ、長小)</p> <p>コッペパン ②麦豆乳</p> <p>いちごジャム (級上伊豆産小中)</p>
<p>27月 春巻き ②麦、豚、豆、鶏、りご</p> <p>ごはん</p> <p>豆腐チゲ ②ご豆、豚麦</p>	<p>28火 デークニュープサー ②鶏麦豆、豚</p> <p>ごはん</p> <p>もずくのすまし汁 ②鶏豆、麦</p>	<p>2月 《牛乳の栄養》</p> <p>成長期に大切な牛乳の栄養について知る</p> <ul style="list-style-type: none"> 牛乳の栄養素と働きについて 乳製品の種類について(チーズ、ヨーグルトなど) <p>牛乳は栄養がいっぱい!</p> <p>エネルギーのもとになる炭水化物 骨をつくるカルシウム 体をつくるたんぱく質 病気から体を守る免疫機能 目や皮ふをじょうぶにするビタミンA</p>	

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。