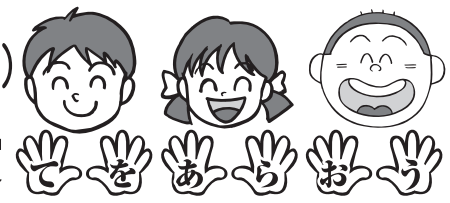
◇学校別内訳◇			
豊見城小	662	豊崎小	907
とよみ小	707	ゆたか小	693
長嶺小	554	豊見城中	880
座安小	514	長嶺中	617
上田小	794	伊良波中	892
伊良波小	700	給食センター	50
		とよむ教室	12
		合計	7,995

学校給食の栄養基準量		エネルギー	たんぱく質	脂肪
	小学校	650kcl	26.8g	18g
	中学校	830kcl	34.3g	23.1g

令和２年

豊見城市立学校給食センター（☎850-4585）

4月の予定献立表



㋐…アレルギー対象原材料を含みます。
卵…卵　オ…オレンジ　ピ…落花生（ピーナツ）　鶏…鶏肉
乳…乳及び乳製品　麦…小麦　ゼ…ゼラチン
ｱﾓ…アーモンド　や…やまいも　ｶｼ…カシュ・ナッツ　も…もも
牛…牛肉　ご…ごま　マ…マンゴー　パ…パイン
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　バ…バナナ

材料と体内でのはたらき	
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。

ご入学・ご進級おめでとうございます

彩り豊かな花々が咲き誇る中、ピカピカの新入生を迎えて、新しい１年がスタートしました。本年度も、安心・安全はもとより、子どもたちが楽しみにしてくれるようなおいしい給食作りに努めていきたいと思います。ご理解・ご協力のほど、よろしくお願い致します。

4月 栄養指導目標 食事マナーを身につける

学校給食について

学校給食は、ただ単に「学校で食べる昼食」ということだけでなく、教育活動の一貫として位置付けられており、栄養バランスのとれた食事を提供することで、成長期にある子どもたちの心身の健康を増進し、体位の向上を図ることや、食に関する指導の生きた教材となるように、考えて作られています。

学校給食の目標

「学校給食法」第二条より

1. 健康 適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。
2. カルシウム 日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。
3. 学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。
4. 食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。
5. 食生活が食に関わる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。
6. わが国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。
7. 食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。

食事マナーの基本

①人に不快感を与えないこと
②姿勢よく食べる

食事マナーといっても、国や地域、食文化や時代、宗教などによっても、大きな違いがあります。ですから人に不快感を与えないことを基本にしながら、食文化に合ったマナーを守っていきましょう。和食の場合、正しいはしづかいは食事がしやすく、見た目も美しいので、きちんとしたはしづかいげできるよう、心がけましょう。

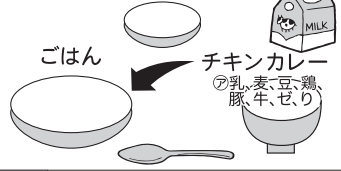
保護者の皆様へ

これから一年間子どもたちが健やかに成長していくために、美味しくて安心安全な給食を提供していきます。毎日生きた教材としての「学校給食」を通して、食育を学んでいってほしいと思います。ぜひ、ご家庭でも子どもたちと給食について話し合ってみてください。

給食費は納め忘れのない口座振替をおすすめします

給食当番の約束

7(火)



赤	牛乳、鶏肉、大豆、丹波黒
黄	こめ、じゃがいも、マーガリン、小麦粉、大豆油、白玉だんご
緑	にんじん、たまねぎ、あお豆、パイン、もも、みかん、おろしにんにく

8(水)

赤	あさり、とうふ、、みそ、鶏肉
黄	こめ、大豆油、三温糖
緑	だいこん、長ねぎ、にんじん、ごぼう、れんこん、こんにゃく、干ししいたけ、あお豆、えのき

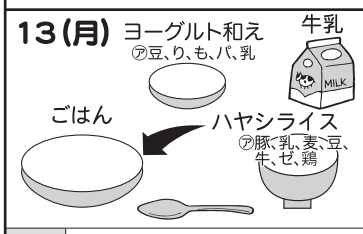
9(木)

赤	牛乳、豚肉、カマボコ、うす揚げ、みそ、三枚肉、昆布
黄	こめ、大豆油、三温糖
緑	干ししいたけ、こんにゃく、にんじん、たけのこ

10(金)

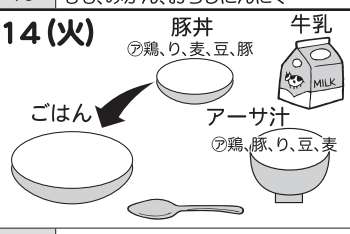
赤	牛乳、鶏肉、厚揚げ、ホキ
黄	こめ、大豆油、三温糖、パン粉、小麦粉、でん粉
緑	だいこん、チンゲン菜、きくらげ、にんじん、おろしにんにく、

13(月)



赤	牛乳、豚肉、脱脂粉乳、ヨーグルト
黄	こめ、じゃがいも、マーガリン、小麦粉 大豆油、カクテルゼリー
緑	にんじん、玉ねぎ、コーン、マッシュルーム、あお豆 おろしにんにく、もも、パイン、みかん、ナタデココ

14(火)



赤	牛乳、豚肉、とうふ、カマボコ、アーサー
黄	こめ、大豆油、でんぷん、三温糖、小麦粉
緑	だいこん、長ねぎ、にんじん、玉ねぎ、しらたき、チンゲンサイ たけのこ、おろしにんにく、おろししょうが

15(水)

赤	牛乳、脱脂粉乳、ミートボール、ベーコン、鶏肉
黄	小麦粉、グラニュー糖、大豆油、三温糖、、じゃがいも、ショートニング、マーガリン、生クリーム
緑	玉ねぎ、ブロッコリー、にんじん、コーン、あお豆 おろしにんにく、しめじ、エリンギ、アスパラ、たけのこ

16(木)

赤	牛乳、とうふ、豚肉、高野豆腐、みそ、鶏肉
黄	こめ、大豆油、でん粉、はるさめ、砂糖 小麦粉、ショートニング、粉あめ、植物油脂
緑	とうがん、にんじん、玉ねぎ、干ししいたけ、たけのこ、にら、おろししょうが、もやし、キャベツ、きくらげ、

17(金)

赤	牛乳、ポークソーセージ、カマボコ、みそ、豚肉
黄	こめ、大豆油、じゃがいも、三温糖
緑	にんじん、えのき、長ねぎ、干ししいたけ、だいこん、からしな

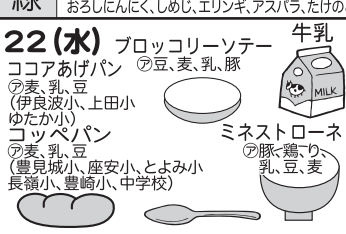
20(月)

赤	牛乳、豚肉、厚揚げ、鶏肉
黄	こめ、じゃがいも、三温糖、大豆油
緑	にんじん、玉ねぎ、あお豆、こんにゃく

21(火)

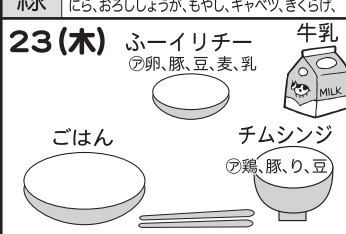
赤	牛乳、鶏肉、ちくわ、わかめ、豚肉
黄	こめ、でん粉、ごま油、ごま、大豆油、三温糖
緑	にんじん、えのき、長ねぎ、おろしにんにく、ピーマン、赤ピーマン、黄ピーマン、玉ねぎ、たけのこ、ごぼう、おろししょうが

22(水)



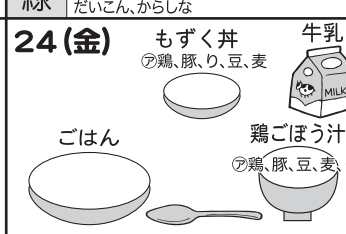
赤	牛乳、脱脂粉乳、きなこ、ベーコン、豚肉、ウインナーソーセージ
黄	こむぎこ、砂糖、大豆油、三温糖、マカロニ
緑	にんじん、キャベツ、コーン、トマト、セロリ、ブロッコリー、たまねぎ、しめじ

23(木)



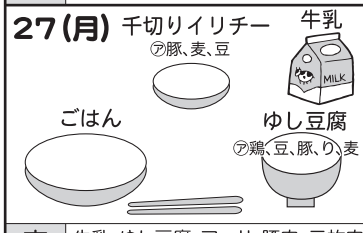
赤	牛乳、豚肉、豚レバー、みそ、たまご、麩、ポークソーセージ、ツナ
黄	こめ、大豆油、じゃがいも
緑	にんじん、長ねぎ、キャベツ、もやし、にら

24(金)



赤	牛乳、鶏肉、油揚げ、もずく、豚肉、高野豆腐
黄	こめ、大豆油、三温糖
緑	ごぼう、だいこん、にんじん、しめじ、玉ねぎ、たけのこ、ピーマン、赤ピーマン、黄ピーマン、コーン、おろしにんにく

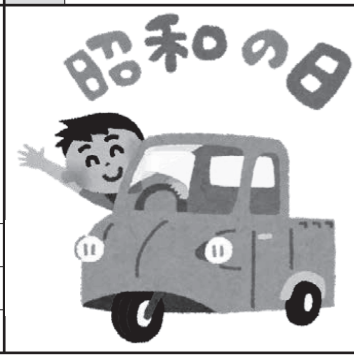
27(月)



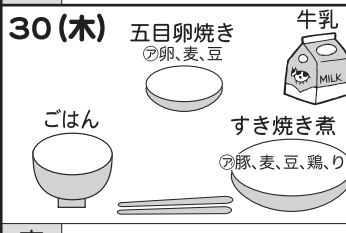
赤	牛乳、ゆし豆腐、アーサ、豚肉、三枚肉 カマボコ、昆布
黄	こめ、大豆油
緑	こんにゃく、にんじん、角切だいこん

28(火)

赤	牛乳、ハム、チキアギ、豚肉、厚揚げ、みそ
黄	こめ、はるさめ、大豆油、三温糖、でん粉
緑	干ししいたけ、ほうれん草、キャベツ、にんじん、しめじ、たけのこ、おろしにんにく、おろししょうが



30(木)



赤	牛乳、豚肉、たまご、とうふ
黄	こめ、三温糖、大豆油、じゃがいも、砂糖、でん粉
緑	しらたき、にんじん、はくさい、パクチョイ、長ねぎ、しいたけ おろしにんにく、玉ねぎ、トマト、グリーンピース、コーン、たけのこ

◉小学１年生は４月９日（木）、１０日（金）は段階給食になります。栄養面が十分ではないためご家庭で補っていただくようお願いします。

9日(木)：
牛乳、お祝いケーキ、果物
10日(金)：
牛乳、パン、魚フライ、ゼリー

※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。