



# 4月の予定献立表

◇学校別内訳◇			
豊見城小	709	豊見城中	897
とよみ小	689	長嶺中	632
長嶺小	553	伊良波中	951
座安小	534	とよみ教室	10
上田小	878	給食センター	50
伊良波小	636	合計	8133
豊崎小	855		
ゆたか小	749		

学校	E	P	F
小学校	650kcal	26.8g	18g
中学校	830kcal	34.3g	23.1g

**お知らせ** 4月からイラスト献立表及びアレルギー詳細献立をより見やすくリニューアルしました。  
 ※食物アレルギーのある児童生徒は、給食を食べる前に別紙の「アレルギー献立表」で内容を必ず確認しましょう。家庭・学校においても毎日確認して下さい。  
 ※魚、肉類(鶏・牛・豚)には、骨がある可能性がありますので、よくかんで気をつけて食べましょう。

## ご入学おめでとうございます

ご入学・ご進級おめでとうございます。今年度も、新型コロナウイルス感染症対策を取り入れた「新しい生活様式」を踏まえ、制限の多い給食時間となりますが、皆さんが元気に楽しく学校生活を送れるよう、安全安心でおいしい給食提供を目指して頑張ります。1年間、よろしくお願致します。

### 学校給食の目標

※「学校給食法」第2条より抜粋・要約

- 適切な栄養の摂取による健康の保持増進。
- 食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営む判断力や望ましい食習慣を養う。
- 明るい社会性と協同の精神を養う。
- 自然の恩恵への理解を深め、生命、自然を尊重する精神や環境の保全に寄与する態度を養う。
- 食生活が多様な人々の労働に支えられていることを理解し、感謝する。
- 伝統的な食文化を理解する。
- 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する。

## 4月 栄養指導目標

### 良い食べ方

★正しい姿勢で交互に食べる ★よくかんで食べる ★食事のマナーを身につける

## 食事マナーを守って楽しく食事をしましょう

楽しい食事には、正しいマナーも大切です。給食時間を楽しみ過ごすために、みんなで食事の約束を守り、次のことを心がけてほしいと思います。

### 姿勢を正そう

よい姿勢とは、テーブルと体の間をこぶし1つ分くらい開け、いすにきちんと腰かけて、背筋をまっすぐにのびした状態です。

### 他人の迷惑にならないようにしよう

口に食べ物を入れたまま話したり、食事中にふさわしくない話をしたりすると、ほかの人の迷惑になるので気をつけましょう。

### 食器をきちんと持とう

茶わんやはしをきちんと持つようにしましょう。食べこぼしを防いで食べやすくなり、見た目も美しく見えます。

### 感謝の気持ちを忘れないようにしよう

食事をつくってくれた人や、命あるものをいただくという感謝の気持ちを忘れないで、残さず食べるようにしましょう。

### いただきます

いただきますを言ったら、いただきますをいただきます。いただきますをいただきます。

給食費は納め忘れのない口座振替をおすすめします	11(月) 入学式 (小1・中1なし)		12(火)		13(水)		14(木)		15(金)			
	小	中	小	中	小	中	小	中	小	中		
	E 637	P 28.1	F 13.6	E 620	P 22.8	F 13.3	E 551	P 24.5	F 12.2	E 588	P 21.6	F 16.5
	E 735	P 32.0	F 14.7	E 728	P 26.5	F 14.3	E 647	P 27.9	F 13.2	E 684	P 24.7	F 17.8
	18(月)		19(火) 食育の日		20(水)		21(木) 第3木曜日は琉球料理の日		22(金)			
	小	中	小	中	小	中	小	中	小	中		
	E 548	P 28.5	F 13.2	E 587	P 26.6	F 17.2	E 614	P 26.6	F 22.3	E 557	P 26.5	F 15.4
	E 647	P 32.9	F 14.4	E 703	P 31.1	F 19.8	E 704	P 30.3	F 25.1	E 649	P 29.6	F 16.4
	25(月)		26(火)		27(水)		28(木)		29(金) 昭和の日			
	小	中	小	中	小	中	小	中	小	中		
	E 571	P 26.4	F 13.3	E 611	P 23.2	F 22.3	E 638	P 26.6	F 21.2	E 568	P 31.7	F 19.3
	E 673	P 30.1	F 14.6	E 702	P 26.6	F 21.7	E 709	P 29.1	F 22.9	E 757	P 38.2	F 24.3

★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。