

豊見城小	515人	長 横 中 613人
とよみ 小	844人	豊見城中 786人
長 横 小	552人	伊良波中 666人
庫 安 小	861人	センタ - 34人
上 田 小	291人	
伊良波小	591人	
	合 計	6,753人

学 校	1年生	2年生	3年生	
給食の 小学校	600kg	20g	21.7g	
標準量	中学校	850kg	28g	27.7g

合 計 6,753人

# 平成21年 豊見城市立学校給食センター (☎850-4585)

# 6月の予定献立表

1年中でちっともだくさん雨の降る梅雨の時期になりました。じめじめと蒸し暑い日々  
梅雨寒といわれのような日もあり、体調をくずしがちな季節です。うがいや手洗いなど身近な衛生に気をつけて過ごしましょう。身の回りの色彩(カーテン  
クロスやテーブルクロス、タオル、花)を明るいものに替えると気持ちはすっきりさせてく  
れます。この季節におすすめです。

## カルシウムをとろう

カルシウムはまた日本人に不足がちな栄養です。  
多様な食品からカルシウムを多くとりましょう。

### カルシウムを多く含む食品

牛乳・ヨーグルト・チーズ・シッチャモ(丸ごと)  
豆腐・ピキニ・醸豆・煮干(丸ごと)・切り下し大根・乾燥ワカメのり

1日必要なカルシウム200mg(9~10歳)です。

学校給食では1日に必要な量の約半分(290mg)のカルシウムをとっています。

給食費は納め忘れのない口座振替をおすすめします。

### 1(月) ショーロンボーラー



### 2(火) 牛乳



### 3(水) ババヤイリチー



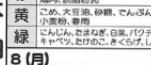
### 4(木) ごまいもくん



### 5(金) バインゼー



### 6(月) 彩り野菜のミンチカツ



### 7(火) オレンジ



### 8(水) キンピョゴぼう



### 9(木) 大いちょう



### 10(金) 中華サラダ



### 11(月) まんション



### 12(火) マンション



### 13(水) 15(月) 築前煮



### 14(木) 16(火) さんまの照焼き



### 15(金) 17(水) 肉団子スープ



### 16(月) 18(木) 鶏つくね串



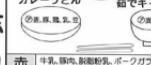
### 17(火) 19(金) シャキナゴ



### 20(水) ヨーグルト



### 21(月) オレンジ



### 22(火) かき玉子



### 23(水) 15(月) おはうおはう



### 24(木) 25(木) 和風スパゲティー



### 26(金) フルーツポンチ



### 27(月) 29(月) 30(火) 31(水)



### 28(火) 30(火) 31(水) はははのは



### 31(木) 32(木) 33(金) シリーズ



### 34(月) 口腔との関連では



### 35(火) 生虫予防テー



### 36(水) 37(水) 38(木) はははのは



### 39(木) 40(木) 41(金) シリーズ



### 42(月) 43(月) 44(火) 45(水) 46(木) 47(金) 48(土)



※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。



材料と体内でのたらき  
赤の食品 血や肉や骨をつくる。  
黄の食品 血や汗や体温となる。  
緑の食品 からだの調子をととのえる。

②アレルギー対象原材料を含みます。

卵・卵白・乳・及び乳製品

ビ・花生(ピーナツ)

麦・小麦・麦粉・小麦粉・小麦

鶏・鶏肉・鶏胸肉・鶏肉・鶏胸肉

牛・牛肉・牛胸肉・牛胸肉

ご・ごま・ごり・りんご

マ・マンゴー・マンゴー

パ・パイ・パン・パイ・パン

イ・カ・カ・カ・カ

ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア

カ・カ・カ・カ・カ・カ・カ・カ

赤の食品 牛乳・牛乳・牛乳

黄の食品 牛乳・牛乳・牛乳

緑の食品 牛乳・牛乳・牛乳

赤の食品 牛肉・豚肉・豚肉・豚肉

黄の食品 牛肉・豚肉・豚肉・豚肉

緑の食品 牛肉・豚肉・豚肉・豚肉

赤の食品 牛乳・牛乳・牛乳・牛乳

黄の食品 牛乳・牛乳・牛乳・牛乳

緑の食品 牛乳・牛乳・牛乳・牛乳

赤の食品 牛乳・牛乳・牛乳・牛乳

黄の食品 牛乳・牛乳・牛乳・牛乳

緑の食品 牛乳・牛乳・牛乳・牛乳