

豊見城小	520人	長嶺中	642人
とよみ小	794人	豊見城中	788人
長嶺小	554人	伊良波中	683人
長嶺安小	697人	センター	34人
上小	1,302人		
伊良波小	593人		
合計 6,807人			

学校給食費	小学生	660円	24円	21.7円
中学校給食費	中学生	830円	32円	27.6円

平成22年 豊見城市立学校給食センター (☎850-4585)

4月の予定献立表



赤の食品	材料と体内ではたらく
黄の食品	血や肉や骨をつくる。
緑の食品	腸や力や体温となる。
青の食品	からだの調子をとる。

アレルギー対象原材料を含みます。

卵・卵	乳・乳及乳製品	牛・牛	肉	ア…ア	サリ	リ…りんご
小麦	小麦	ご…ご	ま	豆…大豆	大豆	エ…イ
ピー…落花生(ピーナツ)	麦…小麦	マン…マン	ゴー	豚…豚	肉	イ…イ
鶏…鶏	肉	パ…パ	イン	さ…さ	ば	カ…カ

4月の栄養指導目標

☆一よい食べ方☆

- 清潔でよくかんで食べよう。
- 清潔な習慣を身につけましょう。
- 食事のマナーを身につけましょう。

給食費は納め忘れのな

入学・進学おめでとうございませう

元氣いっぱいの新入生を迎え、新学期の給食が始まります。学校給食は子どもたちが栄養のバランスのとれた食事を先生や友達と一緒に食べながら、心のふれあいの中で心と体の健康を増進させ、体位の向上を図ろうとするものです。本年度も楽しく、安全でおいしい給食を目指してまいりますので、ご理解・ご協力をお願いいたします。

豊見城給食センター 同

☆給食が始まりま〜り☆おうちの方へ

給食の時間を通して、子どもたちは色々な食事マナーを学びます。ご家庭での食事指導にも参考してみてください。

◎よく食べて食べましょう
いすに深くこし力けて、背中を伸ばして座ります。お皿は、箸を持つ手とは逆の手で持つて食べましょう。肘をついたり、片方の手を使わずお皿を口に近づけて食べることはぎょうぶがよくありません。

◎あいさつを忘れずに
食べるときは「いただきます」食べ終わったら「ごちそうさま」食べ物や、その食べ物を作った人・とった人・料理する人などに感謝して食べましょう。

◎気持ちよく食べましょう
友達や先生と会話しながら、楽しく食べましょう。食べているとき立ち歩いたり、食べ物を口に生れたままおしゃべりしたり、友達がいやがるような話はやめましょう。

小学1年生の保護者の方へ

小学校へ入学すると、学校給食が始まります。初めての経験なので慣れていただくために、9日(金)〜13日(火)までは補食給食になります。よろしくお願いいたします。14日(水)から完全給食になります。

9日(金) 牛乳、ロールパン、いよかんゼリー
12日(月) 牛乳、コッパン、ほうれん草オムレット、ぶどうゼリー
13日(火) 牛乳、和風スパゲティ、野菜コロッケ



8(木) おめでとうコンフェ
からい薯餅、おみそ汁、牛乳、カムルチ、黒米ごはん

9(金) キンピロごぼう、ふりかけ、牛乳、もずくのみそ汁

12(月) みかん、牛乳、ほうれん草オムレット、コッパン	13(火) ぶどうゼリー、牛乳、和風スパゲティ、野菜コロッケ	14(水) フルーツ白玉、牛乳、麦ごはん、チキンカレー	15(木) ビビンバ、牛乳、麦ごはん、わかめスープ	16(金) 春巻、牛乳、ごはん、豆腐の中巻炒め
赤 牛乳、脱脂粉乳、鶏肉、ベーコン、卵、粉チーズ	赤 牛乳、鶏肉、ベーコン、粉チーズ、大豆、豚肉	赤 牛乳、鶏肉、脱脂粉乳	赤 牛乳、豚肉、鶏肉、ハム、卵、わかめ、牛肉	赤 牛乳、豆腐、豚肉、えび、かまぼこ、鶏肉
黄 小豆、砂糖、じゃがいも、生クリーム、ショートケーキ、マリンソース、お砂糖	黄 マーガリン、大豆油、スパゲティ、砂糖、じゃがいも、たまご、パン粉	黄 米、麦、じゃがいも、マーガリン、大豆油、小豆、生クリーム、砂糖、白玉粉	黄 米、麦、ごま油、三温糖、ごま、でんぷん	黄 米、大豆油、砂糖、でんぷん、ごま油、植物油、小麦粉、はるひめ
緑 たまご、にんじん、キャベツ、あまね、ほうれん草、お豆腐、お肉	緑 たまご、にんじん、キャベツ、ほうれん草、お豆腐、お肉	緑 たまご、にんじん、たまご、お豆腐、お肉	緑 にんじん、もやし、えのき、お豆腐、お肉	緑 お豆腐、白飯、シイタケ、お肉、キクラゲ、お豆腐、にんじん、たまご、お肉
19(月) ミートマト、牛乳、ごはん、油のみそ、煮つけ	20(火) グルタンフライ、牛乳、ごはん、肉じゃが	21(水) フルーツ、牛乳、豚とん、アーサー汁	22(木) レーズンクリーム、牛乳、ゆで野菜、揚げパン、パンキンズープ、コッパン	23(金) オレンジ、牛乳、野菜炒め、ごはん、豚とんスープ
赤 牛乳、豚肉、ポーク、ボール、お肉、さば、身揚げ、大豆、お肉、お豆腐	赤 牛乳、豚肉、油あげ、グルタン	赤 牛乳、豚肉、アーサー、かまぼこ豆腐、脱脂粉乳、鶏肉	赤 牛乳、脱脂粉乳、鶏肉、ベーコン	赤 牛乳、鶏肉、ツナ、ベーコン、豆腐
黄 米、大豆油、三温糖	黄 米、三温糖、大豆油、じゃがいも、砂糖、小麦粉、パン粉	黄 米、大豆油、三温糖、バター	黄 小豆、砂糖、じゃがいも、アーモンド、ショートケーキ、マリンソース、生クリーム	黄 米、でんぷん、大豆油
緑 大根、にんじん、こんにゃく、トマト、いんげん	緑 にんじん、たまご、こんにゃく、お豆腐、にんじん	緑 にんじん、たまご、こんにゃく、お豆腐、にんじん	緑 たまご、コーン、かぼちゃ、パセリ、トマト、ピーマン、お豆腐、お肉	緑 にんじん、ごま油、コーン、キャベツ、お肉、にんじん、お肉
26(月) 白米のツナえ、牛乳、麦ごはん、ピーナツロガノ	27(火) ハンバーグ、牛乳、和風ソースかけ、ごはん、野菜スープ	28(水) 紅いも団子、牛乳、ひじきジュース、お豆腐、ひじきごは、冬瓜のみそ汁	29(木) 昭和の日、給食はおしいよ	30(金) 貝柱風フライ、牛乳、カレーうどん、チキンピロシキ
赤 牛乳、牛肉、脱脂粉乳、ツナ缶	赤 牛乳、ベーコン、鶏肉、豚肉	赤 牛乳、鶏肉、ひじき、油揚げ、お豆腐、大豆、豚肉、わかめ、豆腐、お豆腐	赤 牛乳、豚肉、鶏肉、鶏肉、魚すり身、卵	赤 牛乳、豚肉、脱脂粉乳、鶏肉、魚すり身、卵
黄 米、マーガリン、生クリーム、三温糖、小麦粉、ごま、大豆油	黄 米、カルリライス、卵、じゃがいも、お肉、パン粉、お砂糖	黄 米、大豆油、豚すり、もち	黄 うどん、小麦粉、大豆油、マーガリン	黄 うどん、小麦粉、大豆油、マーガリン
緑 たまご、マッシュルーム、にんじん、白飯、きゅうり	緑 たまご、にんじん、キャベツ、えのき、トマト、マッシュルーム、しめじ	緑 にんじん、にんじん、シイタケ、お豆腐、ごま油、長ねぎ、こんにゃく	緑 にんじん、たまご、お豆腐、にんじん、お肉	緑 にんじん、たまご、お豆腐、にんじん、お肉

※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。