

豊見城小	521人	長嶺中	658人
とよみ小	749人	豊見城中	802人
長嶺小	570人	伊良波中	718人
座安小	451人		
上田小	1,272人		
伊良波小	618人		
豊崎小	623人		
合計		6,982人	

平成24年 豊見城市立学校給食センター ☎850-4585

6月の予定献立表



学校	学校	エネルギー	たんぱく質	脂肪
給食の栄養基準量	小学校	660kcal	24g	21.7g
	中学校	830kcal	32g	27.7g

梅雨に入り、不安定な天気が多くなりました。日中の気温差が大きくて体調をくずしやすい時季でもあります。体調管理には十分に気をつけましょう。また湿気も多いこの季節は、食べ物がカビたりしやすいので食中毒にも注意が必要です。いつもは大丈夫でも、体調がよくなければ、少しの事でも腹痛の原因になるかもしれませんので、外から帰ってきた時はもちろん、食事の前にもちゃんと手を洗う習慣をつけましょう。

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。

6月の栄養指導目標

1. じょうぶな歯や骨
☆骨をじょうぶにする食品を知る
☆カルシウムの働きを知ろう
2. すききらいをなくそう

ア…アレルギー対象原材料を含みます	牛…牛	肉	ア…ア	サリ	リ…り	んご
卵…卵	乳…乳及び乳製品	ご…ご	ま	豆…大	豆	エ…エ
鶏…鶏	肉	麦…小	麦	マ…マンゴー	豚…豚	肉
ピ…落花生(ピーナツ)				パ…パイン	さ…さ	ば
					カ…カ	ニ

★給食費は納め忘れのない口座振替をおすすめします★



ジメジメムシムシ…バイキンにとって過ごしやすい梅雨に入りました。気温が上がり湿度が多いこの季節、食中毒菌はあつという間に増えます。学校では給食の前に手を石けんできれいに洗いましょう。おうちでは、台所や食卓を清潔に保ち、調理中のこまめな手洗いと食材の十分な加熱調理を心がけましょう。賞味期限・消費期限内の食材でも保存環境によっては傷むこともあります。少しでもおかしかったら食べないようにすることも肝心です。

食中毒予防の3原則



東日本大震災・原子力発電所事故に係る格好給食用食材の取扱について

- 牛乳：県産生乳100%
 - 米穀：福岡県産
 - 脱脂粉乳：ニュージーランド産
 - パン・麺類：輸入小麦（アメリカ、カナダ、オーストラリア）を使用
 - 肉類：豚肉と鶏肉（鶏卵も含む）は県産、牛肉はニュージーランド産
 - 加工品（冷凍食材も含む）：出荷制限のかかる原材料の使用はありません。
 - 生鮮品：青果類は産地等を事前に確認後使用（県産・国産・海外）
- ※出荷制限により流通する可能性は低いと考えられます。

1 金	牛乳 フルーツポンチ ごはん 夏野菜カレー 豚、鶏、豆、乳
赤	牛乳、豚肉、脱脂粉乳、丹波黒
黄	米、じゃがいも、小麦粉、油、マーガリン、生クリーム
緑	にんじん、玉ねぎ、ゴーヤ、へちま、なす、かぼちゃ、パイン、みかん、黄桃、ナタデココ

4 月	カールフィッシュ 牛乳 ゴーヤチャンプルー ⑦豚、卵、豆、麦 イナムルチ ⑦豆、豚、鶏 ごはん	赤	牛乳、豚肉、かまぼこ、うすあげ、みそ、ベーコン、ツナ、豆腐、卵、いわし	黄	米、油	緑	しいたけ、こんにゃく、ゴーヤ、にんじん
5 火	野菜コロッケ 牛乳 ⑦麦、豚、豆 マーボーへちま ⑦豚、豆、麦、ごり 麦ごはん	赤	牛乳、豆腐、豚肉、みそ	黄	米、麦、油、ごま油、でんぱん、じゃがいも、さつまいも	緑	にんじん、玉ねぎ、へちま、しょうが、青ネギ、きゃべつ、しいたけ
6 水	干切りイリチー 牛乳 鶏つくね串 ⑦豚、豆、鶏、麦 さつま汁 ⑦豚、鶏、豆、麦 ごはん	赤	牛乳、豚肉、三枚肉、かまぼこ、昆布、豆腐、みそ	黄	米、油、さとう、里芋	緑	にんじん、大根、こんにゃく、冬瓜、山東菜
7 木	オレンジ 牛乳 キンピラごぼう ⑦豚、鶏、麦、豆、ご 鶏肉と冬瓜汁 ⑦豚、鶏、麦、豆 ごはん	赤	牛乳、豚肉、鶏肉、昆布	黄	米、ごま、油、さとう、ごま油	緑	ごぼう、にんじん、こんにゃく、冬瓜、パクチョイ、しょうが、オレンジ
8 金	かぼちゃムース 牛乳 煮込みうどん ⑦豚、鶏、牛、豆、麦 春巻 ⑦豚、鶏、麦、豆、エ ごはん	赤	牛乳、牛肉	黄	油、うどん、さとう、生クリーム	緑	にんじん、ニンニク、玉ねぎ、長ねぎ、パクチョイ、かぼちゃ、チンゲン菜、山東菜
11 月	かんぴょうイリチー 牛乳 ⑦豚、豆、鶏、麦 みそ汁 ⑦豆、麦、豚 ごはん	赤	牛乳、こんぶ、豚肉、かまぼこ、とうふ、ポークソーセージ、わかめ、みそ	黄	米、油、さとう	緑	かんぴょう、にんじん、えのき、チンゲン菜、長ねぎ
12 火	ほうれん草のアーモンド和え 牛乳 ⑦麦、豆 コッペパン ⑦麦、乳、豆 チリピーズ ⑦豚、麦、牛、鶏、豆、乳 ごはん	赤	牛乳、脱脂粉乳、豚肉、シーチキン、レッドキニー	黄	パン、小麦粉、さとう、じゃがいも、油、アーモンド	緑	たまねぎ、にんじん、ピーマン、山ほうれん草、赤ピーマン、コーン
13 水	黄桃 牛乳 油みそ ⑦豆、麦 豆腐チャンプルー ⑦豆、豚、麦 麦ごはん	赤	牛乳、豚肉、ベーコン、ポークソーセージ、ちきあげ、ツナ、大豆、みそ、豆腐	黄	米、麦、油、さとう	緑	にんじん、キャベツ、もやし、からしな、黄桃
14 木	ポークシューマイ 牛乳 ⑦豚、麦 八宝菜 ⑦豚、卵、豆、麦、エ、イ ごはん	赤	牛乳、豚肉、いか、えび、うずらの卵	黄	米、油、でんぱん	緑	にんじん、たまねぎ、さんとうさい、パクチョイ、たけのこ、さくらげ、しいたけ
15 金	黒糖 牛乳 蒸しケーキ 筑前煮 ⑦鶏、豆、麦 かき玉汁 ⑦鶏、卵、豆、麦 ごはん	赤	牛乳、鶏肉、卵	黄	米、油、さとう、でんぱん、小麦粉、黒糖	緑	にんじん、ごぼう、こんにゃく、れんこん、パクチョイ、グリーンピース、しいたけ
18 月	さば味噌煮 牛乳 ⑦さ、豆 へちまの中華煮 ⑦豚、豆、鶏、麦、ご ごはん	赤	牛乳、豚肉、とうふ、ポークソーセージ、みそ	黄	米、三温糖、さとう、でんぱん、ごま油	緑	にんじん、たまねぎ、へちま、しょうが、パクチョイ
19 火	オレンジ 牛乳 ひじき炒め ⑦豚、豆、麦 豚汁 ⑦豚、豆、麦 麦ごはん	赤	牛乳、豚肉、ベーコン、ひじき、ちきあげ、大豆、うすあげ、昆布、豆腐、みそ、麦	黄	米、麦、油、さとう	緑	こんにゃく、にんじん、チンゲンサイ、しいたけ、冬瓜、オレンジ
20 水	豚どん 牛乳 ⑦豚、豆、鶏、麦 わかめスープ ⑦豚、鶏、豆、麦 ごはん	赤	牛乳、豚肉、わかめ、鶏肉、貝柱	黄	米、油、さとう、でんぱん	緑	にんじん、たまねぎ、チンゲンサイ、たけのこ、しらたき、えのき、山東菜
21 木	ライチゼリー 牛乳 スパゲティナポリタン ⑦豆、豚、麦、鶏、牛、乳、り カボチャコロッケ ⑦豆、乳、豚、麦 ごはん	赤	牛乳、鶏肉、ウインナー、ベーコン、チーズ	黄	油、マーガリン、パン粉、さとう、バター	緑	にんじん、たまねぎ、マッシュルーム、ピーマン、かぼちゃ、ライチー
22 金	あまがし 牛乳 かき揚げ ⑦麦、エ、イ、豆 炊き込み御飯 （長小、上小、伊小、全中学校） ⑦鶏、豆、麦、さ 五目炊き込み御飯 （豊、とよみ、豊崎小、豊小） ⑦豆、麦、鶏、豚 アーサ汁 ⑦豆、豚、鶏、麦 ごはん	赤	牛乳、鶏肉、うすあげ、ちきあげ、アーサ、かまぼこ、豆腐、いか、えび	黄	米、油、さとう、黒砂糖	緑	玉ねぎ、コーン、ごぼう、しゅんぎく、にんじん、ねぎ、しいたけ
25 月	黒糖ピーズ 牛乳 ⑦豆 パパイアイリチー ⑦豆、麦、豚 けんちん汁 ⑦豚、豆、鶏、麦 ごはん	赤	牛乳、ベーコン、ツナ、鶏肉、豆腐、大豆	黄	米、油、黒糖、里芋	緑	パパイア、にんじん、にら、冬瓜、山東菜
26 火	牛乳 クーブイリチー ⑦豆、豚、鶏、麦 シカムルチ ⑦豚、鶏、麦、豆 麦ごはん	赤	牛乳、昆布、豚肉、かまぼこ、三枚肉	黄	米、麦、さとう、油	緑	にんじん、たけのこ、小松菜、しいたけ、こんにゃく、冬瓜、しょうが
27 水	牛乳 レーズンクリーム ⑦豆、麦 ブロッコリーとカリフラワーのサラダ パンキンスープ ⑦乳、鶏、麦 胚芽パン ⑦麦、乳、豆 ごはん	赤	牛乳、鶏肉、ベーコン、脱脂粉乳	黄	パン、じゃがいも、マーガリン、小麦粉、生クリーム	緑	たまねぎ、かぼちゃ、パセリ、レーズン、ブロッコリー、カリフラワー、コーン
28 木	牛乳 フルーツムース ⑦乳 野菜いため ⑦豚、豆、麦 春雨スープ ⑦豚、鶏、豆、麦 ごはん	赤	牛乳、豚肉、ロースハム	黄	米、油、さとう、でんぱん、バター	緑	にんじん、キャベツ、たまねぎ、パクチョイ、しいたけ、はるさめ
29 金	牛乳 ゴーヤのツナ和え ⑦ご、麦、り ハヤシライス ⑦豚、牛、麦、乳、豆、鶏 麦ごはん	赤	牛乳、豚肉、脱脂粉乳、シーチキン	黄	米、麦、じゃがいも、マーガリン、油、小麦粉、生クリーム、ごま	緑	にんじん、たまねぎ、コーン、にがうり、きゅうり、あお豆

★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☆