

豊見城小	515人	長嶺中	652人
とよみ小	741人	豊見城中	838人
長嶺小	581人	伊良波中	761人
座安小	449人		
上田小	1,271人		
伊良波小	632人		
豊崎小	693人		
合計		7,133人	

平成25年 豊見城市立学校給食センター ☎850・4585

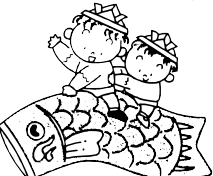
5月の予定献立表



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	640kcal	24.0g	20.3g
	中学校	820kcal	30.0g	29.6g

ア…アレルギー対象原材料を含みます
 卵…卵 牛…牛 肉 ア…ア サリ リ…りんご
 鶏…鶏 肉 乳…乳及び乳製品 ご…ご ま 豆…大 豆 エ…エ ビ
 マ…マンゴー 豚…豚 肉 イ…イ カ
 パ…パイン さ…さ ば カ…カ ニ

材料と体内でのたらしき	
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。



新年度が始まり早くも一ヶ月が過ぎました。5月はゴールデンウィークがあり、旅行や遊びの計画を楽しみにしている人も多いと思います。この時期「五月病」という言葉があるように、体調を崩しやすくなる時期です。「五月病」にならないためには、規則正しい生活を心がけ、3度の食事をしっかり食べることが大切です。早寝・早起き朝ごはんをしっかりと食べて元気に過ごしましょう!

★給食費は納め忘れない口座振替をおすすめします★

東日本大震災、原子力発電所事故に係る学校給食用食材の取扱いについて

- 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。

☆お知らせ☆
 5月13日(月)～17日(金) 残量調査を行います。
 料理別にはかりますので、それぞれ入っていた容器に残量を入れて返して下さい。
 ご協力よろしくお願いします。

<p>1 水 さつまポテト 筑前煮 魚そうめん汁 ごはん</p> <p>赤 牛乳、魚そうめん、もずく 黄 米、大豆油、三温糖、さつまいも 緑 にんじん、しいたけ、水菜、レンコン、こんにゃく、大根、グリーンピース</p>	<p>2 木 子どもの日ゼリー ケチャップ オムライス卵焼き チキンライス グルクンのシークワサーソースかけ 野菜スープ ごはん</p> <p>赤 牛乳、ベーコン、グルクン卵 黄 米、小麦粉、でん粉、三温糖、大豆油 緑 大根、たまねぎ、にんじん、キャベツ、セロリ、シークワサー、青りんご</p>	<p>5月の栄養指導目標 ☆バラツクの少ない食卓☆ 1 好ききらいをなくそう 2 赤・黄・緑の食品の働きと栄養素を知る。 赤…血や肉や骨をつくる。 黄…働く力や体温となる。 緑…からだの調子をととのえる。</p>
<p>7 火 スライスチーズ タコライス 青菜スープ ごはん</p> <p>赤 牛乳、豚肉、大豆、豆腐、チーズ 黄 米、大豆油 緑 にんじん、たまねぎ、ピーマン、しいたけ、チンゲン菜、トマト</p>	<p>8 水 ゴーヤーとパパイアのサラダ しゅうまい 豚汁 ごはん</p> <p>赤 牛乳、豚肉、豆腐、みそ、ツナ 黄 米、じゃがいも、アーモンド、ドレッシング 緑 にんじん、大根、パクチョイ、にがうり、パパイア</p>	<p>9 木 フルーツムース どうもろこし コッペパン 揚げパン ミートボールシチュー ごはん</p> <p>赤 牛乳、ミートボール、ベーコン、脱脂粉乳 黄 パン、じゃがいも、マーガリン、小麦粉、大豆油、生クリーム 緑 にんじん、ブロッコリー、みかん、たまねぎ、コーン</p>
<p>10 金 羊くじ天ぷら たきこみごはん けんちん汁 ごはん</p> <p>赤 牛乳、鶏肉、チキアゲ、ひじき、豆腐 黄 米、大豆油、里芋、紅芋 緑 にんじん、しいたけ、ねぎ、大根、長ねぎ</p>	<p>13 月 平つくね 肉じゃが ごはん</p> <p>赤 牛乳、豚肉、厚揚げ、鶏肉 黄 米、じゃがいも、三温糖、油、里芋、パン粉、でん粉 緑 にんじん、たまねぎ、こんにゃく、あお豆、レンコン、ごぼう</p>	<p>14 火 野菜チャンプルー ミニトマト シカマルチ あわごはん ごはん</p> <p>赤 牛乳、豚肉、かまぼこ、ツナ、チキアゲ、厚揚げ 黄 米、大豆油 緑 にんじん、しいたけ、こんにゃく、大根、小松菜、もやし、キャベツ、ミニトマト</p>
<p>15 水 ぎょうざ 八宝菜 ごはん</p> <p>赤 牛乳、豚肉、イカ、エビ、うずら卵 黄 米、大豆油、でん粉 緑 にんじん、たまねぎ、はくさい、きくらげ、しいたけ、チンゲン菜、たけのこ</p>	<p>16 木 マーシャルピンス プロッコリーサラダ パンプキンスープ コッペパン ごはん</p> <p>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、ドレッシング 緑 にんじん、パイン、あお豆、黄桃、たまねぎ、みかん、ナタデココ</p>	<p>17 金 オレンジ ひじき炒め さつまいも汁 ごはん</p> <p>赤 牛乳、豚肉、豆腐、ひじき、うすあげ、ベーコン、チキアゲ、大豆、みそ 黄 米、里芋、大豆油、三温糖 緑 にんじん、大根、長ねぎ、こんにゃく、オレンジ</p>
<p>20 月 そぼろ ミニトマト アーサ汁 ごはん</p> <p>赤 牛乳、豚肉、大豆、卵、アーサ、かまぼこ、豆腐 黄 米、大豆油、三温糖 緑 にんじん、しょうが、ねぎ、いんげん、ミニトマト</p>	<p>21 火 ゴーヤーチップス 煮つけ ごはん</p> <p>赤 牛乳、豚肉、ポーク、ボール天、昆布、厚揚げ 黄 米、大豆油、三温糖、小麦粉、でん粉 緑 にんじん、とうがん、こんにゃく、いんげん、にがうり</p>	<p>22 水 ちんすこう きんぴらごぼう みそ汁 しそごはん</p> <p>赤 牛乳、豚肉、みそ 黄 米、大豆油、三温糖、ごま、ちんすこう 緑 にんじん、大根、パクチョイ、しめじ、ごぼう、こんにゃく</p>
<p>23 木 フルーツヨーグルト チキンカレー 麦ごはん</p> <p>赤 牛乳、鶏肉、脱脂粉乳、ヨーグルト 黄 米、麦、じゃがいも、マーガリン、小麦粉、生クリーム、大豆油 緑 にんじん、パイン、あお豆、黄桃、たまねぎ、みかん、ナタデココ</p>	<p>24 金 紅芋団子 たきこみごはん 鶏肉と冬瓜汁 ごはん</p> <p>赤 牛乳、鶏肉、油揚げ、チキアゲ、昆布 黄 米、大豆油、紅芋、ごま 緑 にんじん、ごぼう、したけ、パクチョイ、とうがん、ねぎ</p>	<p>27 月 もやしのナムル マーボーへちま ごはん</p> <p>赤 牛乳、豚肉、豆腐、みそ 黄 米、三温糖、ごま油、でんぷん、大豆油、ごま 緑 にんじん、たまねぎ、へちま、もやし、しいたけ、たけのこ、きゅうり</p>
<p>28 火 ソファール スパゲティ ミートソース シーラ青のりフライ ごはん</p> <p>赤 牛乳、豚肉、シーラ、青のり、ヨーグルト 黄 スパゲティ、大豆油、でん粉、パン粉、小麦粉 緑 にんじん、たまねぎ、ピーマン、マッシュルーム、セロリ、トマト</p>	<p>29 水 もずく丼 ミニトマト 肉団子スープ ごはん</p> <p>赤 牛乳、もずく、豚肉、牛肉、ミートボール 黄 米、大豆油、三温糖、春雨 緑 にんじん、たまねぎ、ピーマン、コーン、赤ピーマン、白菜、しいたけ</p>	<p>30 木 パパイアサラダ ハヤシライス 麦ごはん</p> <p>赤 牛乳、豚肉、脱脂粉乳、ツナ 黄 米、麦、じゃがいも、大豆油、マーガリン、小麦粉、生クリーム、ドレッシング 緑 にんじん、たまねぎ、コーン、パパイア、あお豆、きゅうり</p>
<p>31 金 蒸しケーキ ケーブイリチー みそ汁 ごはん</p> <p>赤 牛乳、豚肉、うす揚げ、みそ、昆布、かまぼこ 黄 米、里芋、三温糖、大豆油、小麦粉、黒糖 緑 にんじん、パクチョイ、たけのこ、こんにゃく</p>		

★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。