

1月の予定献立表



◇学校別内訳◇			
豊見城小	731	豊見城中	972
とよみ小	700	長嶺中	611
長嶺小	547	伊良波中	972
座安小	516	給食センター	58
上田小	955	とよみ教室	
伊良波小	561	合計	8,176
豊崎小	793		
ゆたか小	760		

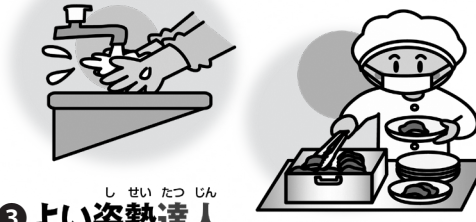
学校	E エネルギー	P たんぱく質	F 脂肪
小学校	650kcal	21.1~32.5g	14.4~21.7g
中学校	830kcal	27.0~41.5g	18.4~27.7g



※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「食材詳細献立表」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。



1 手洗い達人 2 盛り付け達人



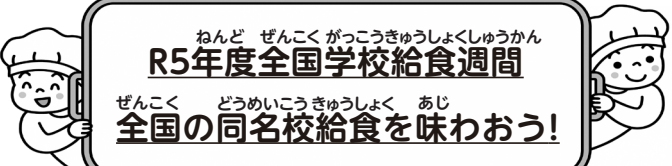
3 よい姿勢達人 4 はし使い達人



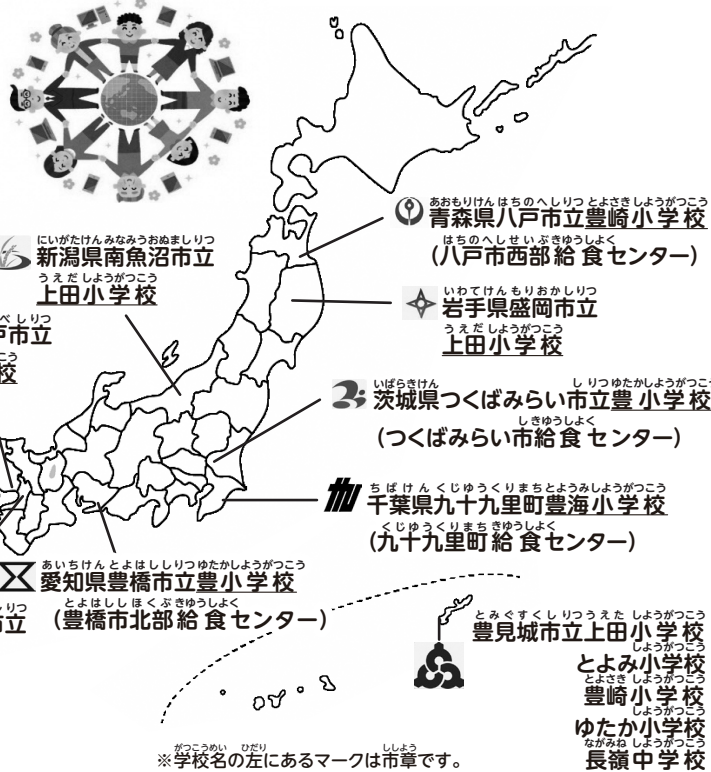
5 お皿ピカピカ達人



6 後片付け達人



豊見城市にある学校名と同じ(惜しい!を含む)学校
 同名校を探して、8か所の学校・給食センターに
 協力していただき、それぞれの土地の
 人気給食メニューを聞きました!
 8か所の献立表も、
 1月に学校に配布予定です。
 使われている食べものや
 料理の違いを感じましょう!



9(火) 2024年スタート! 牛乳 プチたい焼き うちなー やふあらしゅー 大根の塩昆布あえ	10(水) きのう何食べた? コールスローサラダ キャラメル揚げパン (上田小・長嶺小・とよみ小・ゆたか小) コッペパン (上記以外の学校) 鶏のトマトチーズ煮	11(木) 鏡開き 小魚のあめがらめ ごはん 寄せ鍋風	12(金) インドにはないインド煮(おいしい給食) 小松菜のおひたし ごはん インド煮
15(月) 病気に負けない食事 ビビンバ ビビンバ(具) かけて食べるごはん きんかん わかめスープ	16(火) 卒業生のリクエスト タコライス スライスチーズ タコスミート かけて食べるごはん キャベツのコンソメスープ	17(水) おむすびの日 おむすびをつくらう! おむすびころんちよ 梅アンダースー ごはん 島野菜ンブシー	18(木) 第3木曜日は琉球料理の日 フーイリチー ごはん チムシンジ
22(月) 八戸市(豊崎小)・初雪汁 王林 煮こもり ごはん 初雪汁	23(火) 盛岡市(上田小)・ひつつみ汁 サンふじ すき昆布の煮物 ごはん ひつつみ汁	24(水) 南魚沼市(上田小)・発酵食品 れんこんのかぐら南蛮みそ風炒め きりざい(納豆和え) ごはん 甘酒豚汁	25(木) つくばみらい市(豊小)・間宮林蔵 のり酢あえ ごはん 林蔵汁
29(月) 豊橋市(豊小)・みその種類 ちくわの磯辺揚げ みそ煮込みうどん 青じそサラダ	30(火) 大阪市(豊崎小)・土手焼き 鶏の土手焼き風 大阪ソースコロケ ごはん ハリハリ汁	31(水) 神戸市(長峰中)・タッカンジョン ぼっかけ風 タッカンジョン(韓国風から揚げ) ごはん かす汁	集中力を高める食事とは? 果物 主食 牛乳・乳製品 主菜 副菜(汁物含む) 給食の組み合わせを参考にし、よくかんで食べましょう。

※給食週間中の献立表(22~31日)は、その土地で給食時間に飲まれている牛乳パックをのせています。
 ※当日豊見城市では、ふだん通りの牛乳が出ます。

★学校給食は皆さまの納める給食費から作られます。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を変更する場合があります。