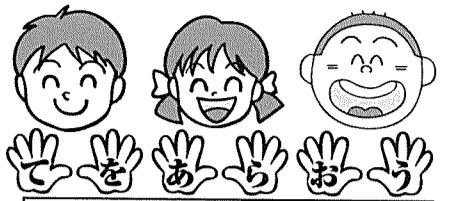


学校別内訳	ゆたか幼 152	豊崎小 932
とよみ幼 101	豊見城小 613	ゆたか小 675
長嶺幼 64	とよみ小 722	豊見城中 850
座安幼 99	長嶺小 538	長嶺中 630
上田幼 138	座安小 505	伊良波中 874
伊良波幼 69	上田小 789	給食センター 50
豊崎幼 108	伊良波小 724	合計 8,633

# 平成30年 豊見城市立学校給食センター (☎850-4585)

## 4月の予定献立表



◎材料、その他の都合により献立を変更することがあります。

学校給食の栄養基準量	エネルギー	たんぱく質	脂肪
小学校	640kcal	24g	20.3g
中学校	820kcal	30g	29.6g

①…アレルギー対象原材料を含みます。ア…アーモンド 牛…牛 肉 ア…ア サリ り…りんご  
卵…卵 オ…オレンジ 乳…乳及び乳製品 や…やまいも ご…ご ま 豆…大 豆 エ…エ ビ  
ピ…落花生(ピーナツ) 麦…小 麦 炒…炒カシューナッツ マ…マンゴー 豚…豚 肉 イ…イ カ ニ  
鶏…鶏 肉 ゼ…ゼラチン も…もも パ…パイン さ…さ ば パ…バナナ

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。



### 入学・ご進級おめでとうございます

花の便りが各地で聞かれる季節になりました。いよいよ新年度のスタートです。子どもたちが元気に学校生活を送れるように、安心・安全に留意し、心を込めて給食を作っていきます。1年間よろしくお願ひ致します。

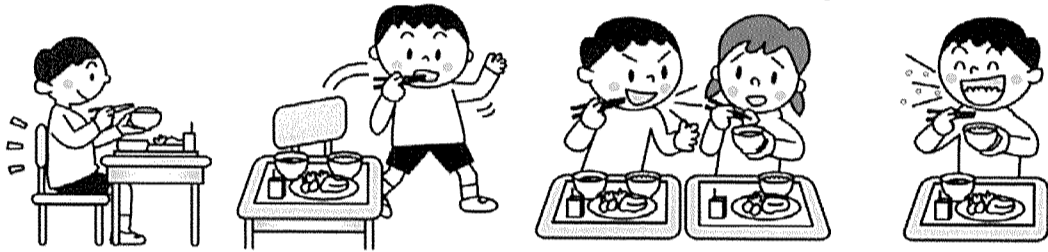
### 楽しく給食時間になるように、こんなことを守りましょう

姿勢よく、ごはんや汁物のおわんは手に持って食べる

食べているときは立ち歩かない

友達が喋るような汚い話、はしない

口に食べ物が入っているときは話さない



### 栄養指導目標

よい食べ方をしよう!

- 食器やおはしを正しくもっていますか?
  - 食器は正しい配置になっていますか? (左:ごはん、右:汁もの など)
  - 食事のあいさつ、心をこめてできていますか?
  - ごはん、汁もの、おかずを交互に、食べていますか?
  - よくかんで食べていますか?
- 相手への心づかいを大切に、楽しい給食時間にしましょう!(^^)!

給食費は納め忘れのない口座振替をおすすめします。

9(月)	10(火)	11(水)	12(木)	13(金)
<p>赤 牛乳、豚肉、高野豆腐、とうふ、みそ</p> <p>黄 こめ、ごま油、三温糖、でんぶん、大豆油、さつまいも</p> <p>緑 だいこん、にんじん、たまねぎ、干しいたけ、にら、たけのこ、しょうが</p>	<p>赤 牛乳、あさり、かつお、とりこ、かまぼこ、たまご</p> <p>黄 こめ、大豆油、三温糖、でんぶん</p> <p>緑 だいこん、にんじん、こまつな、えのき、にんにく、たまねぎ、キャベツ、ケール、ピー</p>	<p>赤 牛乳、とりこ、高野豆腐、脱脂粉乳、豚カツ</p> <p>黄 こめ、むぎ、じゃがいも、マがリ、大豆油、こむぎこ、生クリーム、おめでとうデザート</p> <p>緑 にんじん、たまねぎ、かぼちゃ、あお豆</p>	<p>赤 牛乳、豚肉、ポーク、とうふ、かつおみそ、こんぶ、かまぼこ</p> <p>黄 こめ、三温糖、大豆油</p> <p>緑 だいこん、もやし、にんじん、チゲンサイ、しょうが、たけのこ、こんにゃく</p>	<p>赤 牛乳、いとよりのだい、かつお、とりこ</p> <p>黄 こめ、三温糖、大豆油</p> <p>緑 にんじん、長ねぎ、干しいたけ、ごぼう、こんにゃく、だいこん、あお豆</p>
16(月)	17(火)	18(水)	19(木)	20(金)
<p>赤 牛乳、豚肉、あつあげ、きんときまめ</p> <p>黄 こめ、三温糖、大豆油、じゃがいも、しらたまご、むぎ、黒糖</p> <p>緑 にんにく、にんじん、たまねぎ、あお豆、こんにゃく</p>	<p>赤 牛乳、脱脂粉乳、豚肉、ベーコン、だいず、ミックスビーンズ、とりこ</p> <p>黄 小麦粉、グラニュー糖、ショートニング、じゃがいも、大豆油、三温糖、生クリーム、ノイゼット、マヨネーズ</p> <p>緑 たまねぎ、にんじん、あお豆、にんにく、トマト、ごぼう、きゅうり</p>	<p>赤 牛乳、豚肉、あつあげ、かつお、ししゃも、そら豆</p> <p>黄 こめ、三温糖、でんぶん、大豆油、パン粉</p> <p>緑 だいこん、にんじん、こまつな、あお豆、しょうが</p>	<p>赤 牛乳、わかめ、鶏肉、かつお、豚肉、あつあげ</p> <p>黄 こめ、でんぶん、ごま油、ごま、三温糖、大豆油</p> <p>緑 にんじん、えのき、長ねぎ、ニン、にんにく、白菜、パプリカ、きくらげ</p>	<p>赤 牛乳、ゆし豆腐、アーサ、かつお、みそ、豚肉、かまぼこ、うすあげ</p> <p>黄 こめ、三温糖、大豆油</p> <p>緑 ねぎ、干しいたけ、だいこん、にんじん、からしな、オレンジ</p>
23(月)	24(火)	25(水)	26(木)	27(金)
<p>赤 牛乳、豚肉、脱脂粉乳</p> <p>黄 こめ、じゃがいも、マがリ、こむぎこ、大豆油、生クリーム、あんぱん、ゼリー</p> <p>緑 にんじん、たまねぎ、ニン、あお豆、にんにく、パイン、もも、みかん</p>	<p>赤 牛乳、アーサ、かまぼこ、かつお、豚肉、とうふ、ツナ</p> <p>黄 こめ、大豆油</p> <p>緑 にんじん、キャベツ、もやし、からしな、にんにく、ミニトマト</p>	<p>赤 牛乳、さけ、うすあげ、みそ、かつお、ふたにく</p> <p>黄 こめ、大豆油、三温糖、でんぶん、酒かす</p> <p>緑 ごぼう、にんじん、だいこん、長ねぎ、しょうが、にんにく、たまねぎ、こんにゃく、こまつな</p>	<p>赤 牛乳、脱脂粉乳、きなこ、ベーコン、豚肉、かつお、ハム、だいず、レッドパター</p> <p>黄 こむぎこ、大豆油、シメジ、砂糖、ショートニング、オリーブオイル、フルベリージャム、マヨネーズ</p> <p>緑 にんにく、たまねぎ、にんじん、キャベツ、セロリ、トマト、きゅうり、赤ピーマン、あお豆、ニン、レモン</p>	<p>赤 牛乳、鶏肉、ふたにく、高野豆腐、あつあげ、かつお</p> <p>黄 こめ、大豆油、三温糖</p> <p>緑 ごぼう、だいこん、にんじん、チゲンサイ、冬瓜、しょうが、こまつな、日向夏</p>

**献立表**  
 こんだてみょう  
 献立表を毎月配布  
 します。必ず目を通  
 していただき、ご家  
 庭の献立や食生活  
 の参考にご活用く  
 ださい。

**給食当番**  
 きゅうしよくとうばん  
 食事の準備をする前に必ず手  
 を洗う習慣を身につかせま  
 すよう、よろしくお願ひします。  
 また、週末に給食着を持ち帰  
 りますので、大変お手数です  
 が洗濯をお願ひします。

**給食費**  
 きゅうしよくひ  
 保護者の皆様にご負担いただく給食費は食  
 材料費のみで、それ以外の人件費や施設・設  
 備にかかる経費は含みません。子どもたちへ  
 栄養バランスのとれたおいしい給食を提供  
 していきたいと思ひますので、ご理解とご協  
 力のほど、よろしくお願ひ致します。

平成30年度も、おいしく栄養たっぷりの給食をお届けできるように給食センター一同がんばりますので、  
 よろしくお願ひいたします(\*^^)完食を目指して、お友だちと楽しい給食時間を過ごそう!