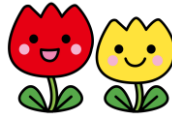


※食物アレルギーのある児童・生徒は、給食を食べる前に裏面の「詳細献立表」で内容を必ず確認しましょう。家庭・学級においても毎日確認してください。



学校給食の栄養基準量	小学校	E=エネルギー 650kcal	P=タンパク質 21.1~32.5g	F=脂質 14.4~21.7g
	中学校	830kcal	27.0~41.5g	18.4~27.7g

ご入学・ご進級おめでとうございます

新年度がスタートしました。これから始まる新しい学校生活に胸をおどらせていることでしょう。今年度も、毎日の給食時間が心待ちになるような、魅力ある給食作りに努めていきたいと思ひます。学校給食へのご理解・ご協力のほど、よろしくお願ひいたします。

食物アレルギーをもつ児童生徒は、裏面の詳細献立表で献立を必ず確認し、給食を食べるようにしましう。ご家庭・学級においても毎日確認をお願ひします。

首里学校給食センター

- ・小学校3校 (石嶺、城東、城南)
- ・中学校4校 (石嶺、首里、松島、松城)
- ・食数: 約4000食

安全・安心でおいしい給食を届けられるよう頑張ります!

学校給食の目標のポイント

※[学校給食法] 第二条より抜粋・要約

- 適切な栄養の摂取による健康の保持増進。
- 食事について正しい理解を深め、健全な食生活を育む判断力や望ましい食習慣を養う。
- 明るい社会性と協同の精神を養う。
- 自然の恩恵への理解を深め、生命、自然を尊重する精神や環境の保全に寄与する態度を養う。
- 食生活が多様な人々の勤労に支えられていることを理解し、感謝する。
- 伝統的な食文化を理解する。
- 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する。

こ ん だ て	食に関する指導目標 「食品の名前や働きを知ろう」 私たちは、毎日いろいろな食品を食べて成長し、元気に活動することができます。食品にはそれぞれ働きがあり、体内での主な働きによって赤・黄・緑の3つのグループに分けることができます。裏面の詳細献立表で食品の名前や働きを確認してみましょう。	8(水) 【始業式】 今日から新学期がスタート! 中学校は給食も開始です。 オレンジ、えだまめサラダ、牛乳、むぎごはん、にくじゃが	9(木) 【入学式】 給食の準備の前にしっかり手を洗っていますか? ウインナーとやさいのソテー、牛乳、こくとうパン、キャロットスープ	10(金) 【入学・進級祝い献立】 みんなで入学・進級をお祝いしましう♪ おいわいいちごゼリー、牛乳、デークニイリチー、ごはん、イナムドウチ
	小学校 中学校	E 617 P 23.8 F 22.7 E 721 P 24.3 F 18.1	E 617 P 23.8 F 22.7 E 707 P 26.9 F 25.5	E 607 P 23.5 F 20.2 E 713 P 26.9 F 22.6

こ ん だ て	13(月) 「さんかく食べ」を意識して食べましう。 ミルメーク、ココア、ちくぜんにさばのしおやき、牛乳、むぎごはん、だいごんのみそしる	14(火) 花野菜とは、何かわかりますか? はなやさいソテー、牛乳、ミートボール、なかよしパン、ミネストローネ	15(水) 【小1給食開始】 小学1年生はじめての給食は人気のカレーで! おいわいいちごゼリー(小1のみ)、たくあんあえ、牛乳、むぎごはん、ポークカレー	16(木) 【琉球料理の日】 毎月第三木曜日は、「琉球料理の日」。 シークワサーゼリー、牛乳、くるまふのナゲット、クファージュシー、ウサチ	17(金) 心をこめて食事のあいさつをしましう。 クープイリチー、牛乳、うむくじてんぷら、むぎごはん、とりとうがんのすましじる
	小学校 中学校	E 685 P 26.8 F 26.5 E 793 P 29.8 F 28.0	E 533 P 24.9 F 17.0 E 592 P 27.9 F 18.0	E 616 P 22.6 F 16.8 E 736 P 26.6 F 18.6	E 562 P 23.5 F 15.9 E 624 P 25.5 F 17.0

こ ん だ て	20(月) ごぼうには、食物繊維が豊富に含まれています。 キャベツのミンチカツ、牛乳、コーンピラフ、ごぼうサラダ	21(火) アーサの旬はちょうど今ごろ。 タマナーチャンプルー、牛乳、さつまいもてんぷら、むぎごはん、アーサのすましじる	22(水) やわらかい食べ物もよくかんで食べてくださいね。 アセロラ、はながたハンバーグ、牛乳、わふうスパゲティ、かいそうサラダ	23(木) なぜ給食には毎日牛乳が出てくるのかな? ちゅうかいため、牛乳、しゅうまい、むぎごはん、はるさめスープ	24(金) 春にとれる春キャベツは、やわらかく、みずみずしいですよ。 にくやさいため、牛乳、まぐるカツ、ごはん、じゃがいものみそしる
	小学校 中学校	E 659 P 21.0 F 27.2 E 790 P 24.8 F 33.2	E 584 P 20.0 F 17.0 E 680 P 22.9 F 18.2	E 595 P 23.4 F 24.8 E 713 P 28.2 F 29.7	E 620 P 22.1 F 19.4 E 723 P 25.1 F 21.1

こ ん だ て	27(月) バンサンスーには春雨が入っています。 バンサンスー、牛乳、むぎごはん、マーボー豆腐	28(火) 食事のマナーはしっかり守ることができていますか? きんぴらごぼう、牛乳、いわしのうめに、ごはん、もずくのみそしる	29(水) 昭和の日	30(木) 食品の名前や働きに興味を持つことができましたか? ふりかけ、牛乳、キャベツのジャコあえ、むぎごはん、だいごんのそばろに	【給食開始日】 8(水) 中学2~3年生 9(木) 小学2~6年生 10(金) 中学1年生 15(水) 小学1年生 【4月給食提供なし】 24日(金) 城南小(遠足) 28日(火) 石嶺小(遠足)
	小学校 中学校	E 619 P 26.2 F 18.3 E 740 P 30.7 F 20.3	E 605 P 22.9 F 20.4 E 696 P 27.3 F 20.0	E 580 P 23.2 F 17.5 E 690 P 26.9 F 19.3	

※材料・天候によって献立を変更することがあります。