

※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。

【今月の給食目標】

- ◎みんなで協力してじゅんぴやかたづけをしよう
- ◎食品の名前やはたらきを知ろう



学校給食の栄養基準量	E=エネルギー P=タンパク質 F=脂質		
	小学校	650kcal	21.1~32.5g
中学校	830kcal	27~41.5g	18.4~27.7g

ご入学・ご進級おめでとうございませう！

ご入学、ご進級おめでとうございます。  
新年度が始まりました。食を通じて、子どもたちが元気に毎日  
をすごしていけるように努めていきますので、よろしくお願ひ  
いたします。



給食当番の身支度

- ・髪の毛が出ないように帽子をかぶろう
- ・マスクをきちんとつけよう
- ・つめは短く切っておこう
- ・石けんを使って手を洗おう
- ・清潔な白衣を着よう
- ・ハンカチを持とう



給食当番になった人は、給食の準備をする前  
に給食当番としてふさわしい清潔な身支度をし  
ているかどうかを確認しましょう。

学校給食は「食」を学ぶ時間です！

学校給食は単なる食事の時間ではなく、「学校給食法」に基づき実施される教育  
活動です。栄養バランスのとれた食事を提供することで、成長期にある子どもたち  
の健全な発達を支えることはもちろん、健康によい食事や食文化、地場産物、食事  
のマナーなど、さまざまなことを学ぶための時間です。



今年度も1年間  
よろしくお願ひいたします

こ ん だ て	4月の行事予定 (給食提供なし)		8(水)	9(木)	10(金) 入学お祝いこんだて			
	小学校 中学校	◎8日(水) 小学校 ◎8日(水)~9日(木) 城北中1年 ◎8日(水)~14(火) 小学校1年生 ◎28日(火) 大名小(遠足) ◎30日(木) 城北中(遠足)				元気な1日は朝食から! わたしたちは1日に朝、昼、夕と3 回食事をとります。特に朝食は、午前 中の大切なエネルギー源になります。 元気に1日をスタートするために、 朝は必ず食べてから登校する ようにしましょう。	ニューサマー コロケ カレーピラフ マカロニ サラダ 牛乳	にんじんのラペサラダ キャベツいりつくね 黒糖パン グリーンポタージュ スープ 牛乳
小学校 中学校	E 601 P 18.5 F 17.9 E 806 P 24.2 F 22.0	E 670 P 26.1 F 23.5 E 815 P 31.0 F 28.6	E 631 P 25.4 F 19.2 E 756 P 29.7 F 21.9	13(月) うめあえ さばの塩こうじやき むぎごはん 鶏とじゃがいもの うまに	14(火) ホイコーロー はるまき ごはん ピーマン スープ 牛乳	15(水) 小学校1年生給食開始 お祝いいちごゼリー (小のみ) ブロッコリーサラダ むぎごはん チキン ストロガノフ 牛乳	16(木) 琉球料理の日(第3木曜日) デークニイリチー お魚ふりかけ べにいもだんご もちきび ごはん アーサイリ ゆしどうふ 牛乳	17(金) 国産やさいのグラタン スパゲティ ミートソース カリフラワー サラダ 牛乳
小学校 中学校	E 582 P 26.4 F 13.8 E 714 P 33.3 F 15.9	E 683 P 22.8 F 25.1 E 847 P 27.4 F 30.2	E 630 P 21.3 F 17.3 E 773 P 25.3 F 20.5	E 631 P 23.6 F 20.4 E 748 P 27.6 F 23.5	E 612 P 23.7 F 24.8 E 720 P 28.1 F 27.5			
こ ん だ て	20(月) スティックチーズ フルーツポンチ むぎごはん ポークカレー 牛乳	21(火) 食育の日こんだて(19日) にんじんシリシリ いわしのかんろに もちきび ごはん さつまじる 牛乳	22(水) コールスローサラダ いちごジャム ミートボール あみパン ABCマカロニ スープ 牛乳	23(木) もものタルト まぐろカツ クファージュシー なの花の おひたし 牛乳	24(金) ちくわのいそべ天ぷら 塩やきそば ごぼうの あえもの 牛乳			
小学校 中学校	E 656 P 21.1 F 17.2 E 796 P 25.2 F 19.0	E 611 P 27.1 F 17.0 E 739 P 32.5 F 19.5	E 630 P 23.5 F 22.2 E 720 P 26.7 F 25.1	E 676 P 28.8 F 22.4 E 803 P 31.9 F 24.3	E 557 P 22.5 F 26.7 E 703 P 28.4 F 33.2			
こ ん だ て	27(月) チキナーチャンプルー 清見オレンジ もち玄米 ごはん かしわじる 牛乳	28(火) きゅうりのすのもの 小鱼と大豆のあめがらめ ごはん 肉じゃが 牛乳	早起き 早寝を 心がけましょう	30(木) タコライス(やさい) ヨーグルト タコライス(ミート) ごはん アーサの スープ 牛乳	☆大名学校給食センター☆ 受配校:大名小学校、 城北小学校、城北中学校 (約1,320食) 場所:大名小学校敷地内 所長1名 副所長1名 栄養教諭1名 調理員11名 運転手2名			
小学校 中学校	E 592 P 27.5 F 17.2 E 721 P 33.1 F 20.2	E 624 P 26.5 F 18.0 E 767 P 32.2 F 21.0		E 610 P 28.5 F 17.1 E 736 P 33.9 F 19.9				

※材料・天候によって献立を変更することがあります。