

※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。



【今月の食に関する指導目標】  
郷土料理の良さを見つけよう

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	21.1~32.5	14.4~21.7
	中学校	830kcal	27.0~41.5	18.4~27.7

1月24日~30日は、全国学校給食週間です!

毎年1月24日~30日までの1週間は「全国学校給食週間」と定められています。明治22年に始まった学校給食は戦争で一時中断されましたが、戦後、世界からの救援物資を受け給食が再開されました。これを記念して設けられたのが学校給食週間です。  
上間学校給食センターでは、1月26日~30日を学校給食週間とし、沖縄の郷土料理や地場産物を取り入れています。この機会に学校給食の意義や役割について理解を深めましょう。

あなたの好きな給食は?

★リクエスト給食★  
上間小6年生と寄宮中3年生のリクエストメニューが1月~3月の給食に登場します。できるだけ多くの人のリクエストにおこたえするため少数意見も取り入れています。どんなメニューがリクエストされたのかチェックしてみてくださいね。  
★印がリクエストメニューです。

上間小		寄宮中	
【6-1】	1位 あげパン 2位 わかめごはん	【3-1】	1位 あげパン 2位 もずく丼
【6-2】	1位 あげパン 2位 カレー ジャージャーめん	【3-3】	1位 あげパン 2位 みそラーメン
【6-3】	1位 あげパン 2位 沖縄そば・みそラーメン	【3-4】	1位 みそカツ 2位 タコライス
		【3-5】	1位 あげパン 2位 わかめごはん

七草		6(火) 正月献立	7(水) 七草	8(木)	9(金) 鏡開き(11日)
		たいやき クレープイリチー きんぴらにくだんご くろまいごはん おぞうに	★さつま ポテト さばのうめみそやき ななくさがゆ ちくぜんに	コーンサラダ ★ココア あげパン はくさいの クリームに	★ぜんざい ちくわのいそべてんぷら ★ごはん だいこんの そばろに
こんだて	12(月)	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)
		★ミルクココア パパイヤイリチー さんまのかんろに おぎごはん さつまじる	★チリコンカン ウインナー ★コッペパン★コンソメスープ	★いちごクレープ チキンのマーマレードやき コーンピラフ ブロッコリー サラダ	★りんご がね ★ごくごくごはん にくどうふ
こんだて	19(月) 食育の日	20(火) ●寄宮中3年欠食	21(水)	22(木) ●上間小5年欠食 ●上間小PTA試食会	23(金) ●上間小5年欠食
		ウカライリチー アングンスー きびごはん ソーキじる	サーモンフライ プルコギ ぎょうざ おぎごはん ちゅうか たまごスープ	★ヨーグルト パパイヤサラダ おぎごはん しまやさいの カレー	ほうれんそうのツナあえ てづくりふりかけ おぎごはん おでん
学校給食週間	26(月)	27(火)	28(水)	29(木)	30(金)
		タンカン ★もずくどん うちなー みそしる	★シークワサーゼリー ★おきなわそば からしなの おかかあえ	★ころりんこくとうまめ ★まぐろカツ ★クファ ビックリジャンボ ジュシー のごまあえ	チキナーチャンプルー ミヌダル おぎごはん チムシンジ
小学校	E 597 P 24.0 F 17.1	E 530 P 35.0 F 14.2	E 727 P 27.2 F 23.4	E 678 P 30.7 F 26.5	E 643 P 28.9 F 22.2
中学校	E 707 P 27.9 F 19.0	E 630 P 42.0 F 15.7	E 840 P 31.4 F 25.6	E 759 P 33.4 F 28.5	E 744 P 32.4 F 23.5

※材料・天候によって献立を変更することがあります。 ※給食費は期限内に納めましょう。