

※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】
食品の名前や働きを知ろう

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

入学・進級おめでとう

上間学校給食センターでは、上間小学校と寄宮中学校の給食を作っています。今年度も安全・安心でおいしい給食を提供できるよう職員一丸となって取り組んでまいります。

学校給食へのご理解・ご協力の程、よろしくお願いたします。

【詳細献立表について】

献立表の裏面に使用食材やアレルゲンなどの詳細を表記していますので、食物アレルギーのある児童・生徒は献立の内容を必ず確認してください。ご不明な点がございましたら、上間学校給食センターまでお問い合わせください。

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。
- 食生活が多くの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。

学校給食は「食」を学ぶ時間です!

8(水) ●上間小欠食 ミルメーク ココア チキンのてりやき ガーリックピラフ グリーンサラダ E 724 P 27.8 F 27.4	9(木) フルーツポンチ おぎごはん ハヤシライス E 631 P 21.4 F 15.5 E 753 P 24.7 F 17.4	10(金) 入学・進級祝い献立 【寄宮中1年給食開始】 おいしいちごゼリー タマナーチャンプルー はながたハンバーグ くろまいごはん イナムドウチ E 701 P 27.8 F 24.9 E 811 P 31.3 F 27.5
--	---	--

こんだて	13(月) ナムル あげぎょうぎ おぎごはん マーボー豆腐 E 711 P 26.7 F 28.4 E 831 P 30.4 F 31.3	14(火) オレンジ ジャガコーンソテー こくとうパン ミネストローネ E 616 P 23.9 F 23.3 E 704 P 27.2 F 26.6	15(水)【上間小1年給食開始】 おいしいちごゼリー(小1のみ) キャベツサラダ おぎごはん チキンカレー E 623 P 21.0 F 19.7 E 740 P 24.1 F 22.2	16(木) 琉球料理の日 べにいもコロッケ クファージュシー ウサチ E 627 P 21.2 F 23.1 E 703 P 23.6 F 24.8	17(金) よい歯の日(18日) ちくぜんに てづくりふりかけ ごこくごはん こまつなのみそじる E 603 P 27.4 F 17.8 E 721 P 31.7 F 20.0
------	--	--	--	--	---

こんだて	20(月) ごまジャコあえ くるまふのナゲット わかめごはん とりじゃが E 630 P 25.7 F 18.4 E 741 P 28.8 F 20.1	21(火) プリン チキンカツ ナポリタンスパゲティ ブロccoliーサラダ E 645 P 24.5 F 28.3 E 770 P 29.6 F 34.3	22(水) ひじきいため さばのうめみそやき ごはん だいこんのすましじる E 646 P 29.1 F 25.7 E 741 P 32.5 F 27.1	23(木) みかんサラダ ハンバーグのソースかけ コップパン ちゅらキャロットスープ E 604 P 25.0 F 20.1 E 708 P 29.7 F 23.2	24(金) りんご ホイコーロー おぎごはん はるさめスープ E 601 P 21.7 F 17.9 E 708 P 25.2 F 20.0
------	---	---	--	---	---

こんだて	27(月) からしないため いわしのみそに きびごはん アーサイりゆし豆腐 E 639 P 30.4 F 22.5 E 744 P 33.9 F 24.7	28(火) いちごジャム コロコロサラダ なかよしパン はくさいのクリームに E 608 P 22.9 F 21.9 E 688 P 25.7 F 24.5	29(水) 昭和の日 昭和の日	30(木) とうりゅうムース しろみざかなフライ ソースやきそば マヨあえ E 622 P 26.4 F 27.6 E 680 P 28.7 F 29.8	給食の前には手をきれいに洗いましょう!
------	--	---	---------------------------	--	--------------------------------

※材料・天候によって献立を変更することがあります。