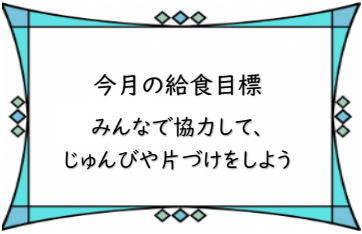


令和7年

4月 の予定献立表

※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。



安謝学校給食センター
TEL: 917-3471

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	650	21~32.5	14.4~21.7
	中学校	830	27~41.5	18.4~27.7

安謝給食センターの紹介

配送校: 安謝小学校 那覇中学校 (合計 約1260食)
場所: 安謝小学校の敷地内
所長1名 副所長1名 学校栄養士1名 調理員10名 運転手2名

子どもたちの成長のために「安心安全で美味しい」給食作りに取り組みます。



給食当番は身支度も大切な仕事です

★つめは短く
切りましょう

★石けんで
しっかり手洗いを
しましょう

★マスクをきちんと
つけましょう

★ぼうしは髪の毛が
出ないように
かぶりましょう

お願い
お子さんが白衣な
どを持ち帰った際に
洗濯をお願いします。

今月の予定		8(火) 那覇中2・3年生 スタート	9(水) 安謝小学校 スタート	10(木) 那覇中1年生 スタート	11(金)
こ ん だ て	18日(金) 那覇中学校 校外学習(給食なし)	デコポン カリフラワーのサラダ 麦ごはん チキン ストロガノフ	いちごのお祝いデザート やさいコロッケ カレーピラフ マカロニサラダ	(中1) いちごのお祝いデザート オレンジ クープイリチー ゆかり黒米ごはん イナムドウチ	大根ときゅうりの酢の物 小魚と大豆のあめがらめ ごはん 肉じゃが
	28日(月) 安謝小学校 春の遠足(給食なし)	E 628 P 22.3 F 16.8 E 760 P 26.5 F 19.6	E 730 P 20.8 F 27.9 E 835 P 23.4 F 31.4	E 604 P 27.0 F 16.6 E 723 P 32.2 F 19.2	E 598 P 24.4 F 16.4 E 722 P 28.9 F 18.9
こ ん だ て	14(月) ジュシーオレンジ チンジャオロース 麦ごはん わかめスープ	15(火) 小学1年生スタート (小1) いちごのお祝いデザート にんじんとコーンサラダ 麦ごはん(増量) チキンカレー	16(水) アスパラサラダ 肉だんご(ケチャップ味) なかよしパン 白花豆の ポタージュ	17(木) スイートポテト てづくりふりかけ もちきびごはん とうがんの 煮つけ	18(金) 良い歯の日 ごぼうのメンチカツ ごまじゃこサラダ クープジュシー
	E 561 P 23.8 F 15.7 E 671 P 28.2 F 17.8	E 665 P 21.6 F 19.3 E 796 P 25.4 F 22.0	E 598 P 25.5 F 21.1 E 678 P 28.8 F 23.9	E 611 P 25.0 F 14.8 E 723 P 29.4 F 16.2	E 637 P 25.1 F 23.9 E 764 P 29.9 F 27.9
こ ん だ て	21(月) コーングラタン ポテトとブロッコリーのサラダ スパゲティ・ナポリタン	22(火) りんご いわしのしょうが煮 もちきびごはん うちなーみそ汁	23(水) パンサンスー やさいソイぎょうざ もちきびごはん マーボー豆腐	24(木) 琉球料理の日 マグロフライ ウサチー(酢の物) アーサのクガニごはん	25(金) ツナサラダ(サンド用) れんこんつくね コッペパン かぼちゃ シチュー
	E 618 P 22.3 F 23.7 E 768 P 26.4 F 29.6	E 631 P 22.8 F 19.5 E 717 P 29.1 F 17.9	E 619 P 24.2 F 20.5 E 739 P 28.4 F 23.4	E 571 P 27.3 F 17.0 E 680 P 29.4 F 19.3	E 668 P 30.2 F 26.7 E 764 P 34.4 F 30.1
こ ん だ て	28(月) とりそばろの二色丼 (麦ごはん) はくさいと春雨スープ	4月の食育目標 食品の名前や はたらきをしよう		30(水) おからちんすこう 肉野菜そば もずく酢(す) (沖縄そば)	給食の栄養 学校給食の食事内容は、「児童又は生徒一 人一回当たりの学校給食摂取基準」が定めら れています。また、家庭で不足しがちな栄養 素がとれるように考慮しながら、栄養バラン スのよい給食をつくっていますので残さず 食べましょう。
	E 591 P 25.6 F 18.3 E 711 P 30.4 F 21.0			E 628 P 27.5 F 16.3 E 688 P 31.0 F 17.8	

※給食費は、毎月 10日までに納めましょう。(材料・天候によって献立を変更することがあります。)