

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。

◆4月◆給食目標

みんなで協力して準備や
片付けをしよう

天久学校給食センター

TEL : 917-3464

FAX : 867-9012

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

4月の予定

※天久小※

- ・8日：給食なし
- ・15日：小1年給食開始

※安岡中※

- ・9日：給食なし
- ・10日：中1年給食開始

入学・進級おめでとう

うらかな春の日差しのもと、ピカピカの新入生を迎え、新年度が始まりました。ご入学・ご進級おめでとうございます。4月は、新しい生活への期待に胸を膨らませる一方で、環境が変わり、疲れやストレスがたまりやすくなる時期でもあります。夜は早めに寝て、朝食をしっかり食べてから登校することが大切です。今年度も、安心・安全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・ご協力のほど、よろしくお願い致します。



こ ん だ て	一口 メモ	8 (火) 天久小欠食				9 (水) 安岡中欠食				10 (木) 中1給食開始				11 (金)			
		◆4月◆ 給食目標 みんなで協力して準備や かたづけをしよう				フルーツポンチ フルーツポンチ 麦ごはん ハヤシライス				祝いデザート(中学) オレンジ(小学) クーピーリッチ 黒米ごはん いなむどうち				りんご フータシャー ざっくりあぶらみそ 麦ごはんとうがんのつみれじる			
小学校		進級おめでとうございます。フルーツには、もちがはいっています。よくかんでたべましょう。				進級おめでとうございます。フルーツには、もちがはいっています。よくかんでたべましょう。				今日から中学校1年生の給食が始まります。今日は琉球料理のお祝い献立です。				4月10日はとうがんの日です。とうがんは収穫後、切らずに丸ごと保存しておくと、冬まで食べられる野菜だそうです。			
中学校		E 847 P 21.8 F 24.8				E 713 P 19.9 F 21.6				E 512 P 20.3 F 13.1 E 630 P 23.0 F 15.4				E 592 P 23.2 F 15.3 E 704 P 26.9 F 16.0			
こ ん だ て	一口 メモ	14 (月)				15 (火) 小1給食開始				16 (水)				17 (木)			
		なっとう ひじきいため さばしおこうじやき むぎごはん けんちんじる				オレンジ(中学) 祝いデザート(小学) コールスローサラダ ごはん チキンカレー				ごぼうのメンチカツ スパゲッティナポリタン キャベツのポテトサラダ				県産まぐろのしょうがやき まごわやさしい くふあじゅーしー サラダ			
小学校		なっとうの、タレのふくろは学級ですててください。トレーの上おいたままにしないで下さい。				小学校1年生の給食がはじまります。みなさんの大好きなカレーライスです。				メンチカツのパン粉にはアオサが入っています。アオサは沖縄県で収穫されます。				毎月第3木曜日は、琉球料理の日です。昔の人たちの知恵と工夫がたまっています。			
中学校		E 646 P 31.5 F 21.2 E 754 P 34.1 F 20.7				E 635 P 23.4 F 19.1 E 718 P 20.7 F 21.9				E 606 P 25.6 F 24.1 E 691 P 28.0 F 26.0				E 509 P 23.6 F 14.5 E 609 P 28.6 F 15.8			
こ ん だ て	一口 メモ	21 (月)				22 (火)				23 (水)				24 (木)			
		ごぼうサラダ カレーピラフ ハンバーグの デミグラスソース				パインゼリー かぼちゃコロッケ やさいやきそば ほねぶとサラダ				はるキャベツのサラダ ミートボール 黒糖パン むぎいり パンキンスープ				のりつくだに ひじきのあえもの いわしフライ むぎごはん しろはなめいり みそじる			
小学校		だいすきなハンバーグに、デミグラスソースを作り、おいしくあげています。				ほねぶとサラダには、カルシウム「こまつな・だいこん・きゅうり」が入っています。				春キャベツとは、早春から初夏にかけてとれるキャベツのことです。				いわしフライ、しっぽがありま。ゆっくりかんで食べてみてください。			
中学校		E 688 P 27.9 F 28.1 E 715 P 27.6 F 20.8				E 663 P 18.9 F 27.5 E 748 P 21.3 F 33.3				E 592 P 22.8 F 16.9 E 668 P 25.4 F 25.4				E 592 P 22.5 F 16.9 E 719 P 21.7 F 20.7			
こ ん だ て	一口 メモ	28 (月)				29 (火)				30 (水)				給食のめり☆食事のマナーを守りましょう			
		やさいかまぼこ もずくどん きりぼしだいこん サラダ むぎごはん				ルクジュアのチリメンあえ ちくわのいそべやき ごはん シブインプシー				給食の前に、机の上を片付けましょう。				手をきれいに洗いましょう。			
小学校		沖縄の海でとれたもずくです。海の香りがします。においも感じてください。				ルクジュアは、昔の那覇市首里の地域で食べられていた、あつあげとうです。				協力して準備をしましょう。				全員で給食がそろったら、「いただきます」をしましょう。			
中学校		E 542 P 21.2 F 13.0 E 681 P 25.1 F 16.0				E 586 P 23.0 F 20.2 E 714 P 27.1 F 22.9				姿勢よく、持てる食器は手に持って食べましょう。							