

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。  
※材料・天候によって献立を変更することがあります。



開南学校給食センター  
TEL: 917-3483  
FAX: 917-3483

| 学校給食の<br>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 | 14.4~21.7g |

ご入学・ご進級  
おめでとうございます

開南給食センターの  
受配校及び食数

開南小学校 約400食  
城岳小学校 約580食  
天妃小学校 約420食

合計約1400食分の  
給食を提供しています。

\*\*\* 給食当番のみじたく \*\*\*

がっきゅうのみんなが安全・安心でおいしい給食を食べられるように、  
給食当番の人は、みじたくをしっかりと整えましょう。

ぼうしからかみの毛が  
はみ出していない

エプロン・マスクを  
つけている

体調がよい!  
(かぜをひいていない)  
(おなかもちよい)

きれいな手!  
(石けんでよく洗い、  
きれいなハンカチでふく)

|                  |                                                                                 |                                                                         |                                                                               |                                                                                                                                      |                                                                                  |
|------------------|---------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|
| こ<br>ん<br>だ<br>て | 【給食提供がない日】<br>8日(火) 始業式<br>9日(水)~14日(月)<br>1年生 給食なし<br>18日(金) 開南小・天妃小<br>(春の遠足) | 8(火)<br><b>始業式</b><br>                                                  | 9(水)<br>オレンジ<br>せんぎりイリチー<br>ゆかりごはん イナムドゥチ<br>E 536 P 22.6 F 12.7              | 10(木)<br>タマナーチャンプルー<br>わかさぎのフリッター<br>おぎごはん だいこんとりの<br>おつゆ<br>E 608 P 24.0 F 23.3                                                     | 11(金)<br>にしよどん<br>(とりそば) (あえもの)<br>じゃがいもの<br>(おぎごはん) みそしる<br>E 562 P 24.5 F 16.1 |
|                  | きゅう<br>しよく<br>メモ                                                                |                                                                         | にゅうがく、しんきゅうおめで<br>とうございます。イナムドゥチはおき<br>なわのおいわりようりです。                          | こんげつ、きゅうしよくもくひよ<br>うは、「みんなできょうりよくして<br>じゅんぴやかたづけをしよう。」で<br>す。                                                                        | せつけんをあわだて、手をこすり<br>あらいし、水でしっかりながしま<br>しょう。                                       |
| 小学校              |                                                                                 |                                                                         |                                                                               |                                                                                                                                      |                                                                                  |
| こ<br>ん<br>だ<br>て | 14(月)<br>ミニフィッシュ<br>キャベツと<br>あつあげの<br>(おぎごはん) みそしる<br>E 569 P 22.5 F 16.7       | 15(火)<br>フルーツポンチ<br>おぎごはん ポークカレー<br>E 626 P 20.4 F 16.1                 | 16(水)<br>マカロニツナサラダ<br>なかよしパン はるキャベツの<br>ポトフ<br>E 521 P 23.8 F 17.5            | 17(木)<br>あつあげのちゅうかいだめ<br>やさしいぎょうぎ<br>おぎごはん にくだんご<br>はるさめの<br>スープ<br>E 600 P 24.1 F 17.4                                              | 18(金)<br>チキンナゲット<br>スパゲティ<br>ナポリタン ポテトサラダ<br>E 570 P 24.5 F 21.1                 |
|                  | きゅう<br>しよく<br>メモ                                                                | 4月のだい3日曜日は、「もずくの<br>日」です。もずくどんは、おきなわ<br>ふともずくをたっぷりつかって<br>います。          | きょうから1ねんせいのきゅうし<br>よくがはじまります。                                                 | はるにとれる「はるキャベツ」は、<br>はっぱがやわらかいのがとくちよ<br>うです。                                                                                          | ナポリタンは、パスタがくっつい<br>てかたまりにならないように、こ<br>なゼラチンをいれています。                              |
| 小学校              |                                                                                 |                                                                         |                                                                               |                                                                                                                                      |                                                                                  |
| こ<br>ん<br>だ<br>て | 21(月)<br>ブロッコリーサラダ<br>おぎごはん ハヤシライス<br>E 584 P 21.2 F 17.2                       | 22(火)<br>おいちいちごゼリー<br>デューニイリチー<br>おぎごはん アーサゆしどうふ<br>E 555 P 21.9 F 14.7 | 23(水)<br>キャベツソテー<br>ウインナートマトソースがけ<br>コッペパン コンソメ<br>スープ<br>E 519 P 20.1 F 23.7 | 24(木)<br>もやしのナムル<br>おぎごはん マーボーなす<br>E 599 P 23.2 F 19.8                                                                              | 25(金)<br>さかなのしおこうじやき<br>おぎごはん じゃがいもの<br>おなかごま<br>あえ<br>E 506 P 24.5 F 17.0       |
|                  | きゅう<br>しよく<br>メモ                                                                | ぎゅうにゅうには、わたしたちの<br>ほねやはのせいようにひつよう<br>なえいようがたっぷりふくまれて<br>います。            | だいこんのことを、しまくとろば<br>で「デューニ」といいます。                                              | コッペパンのウインナーやソー<br>てをはさんでセルフホットドッグをつ<br>くっていただきます。                                                                                    | マーボーにすると、にがてなや<br>さいもたべることができるおとも<br>だちがたくさんいます。                                 |
| 小学校              |                                                                                 |                                                                         |                                                                               |                                                                                                                                      |                                                                                  |
| こ<br>ん<br>だ<br>て | 28(月)<br>くろだいず<br>こまつなごまあえ<br>おぎごはん にくじゃが<br>E 592 P 23.4 F 15.7                | 29(火)<br><b>昭和の日</b><br>                                                | 30(水)<br>えだまめサラダ<br>あみパン チキンのトマトに<br>E 537 P 23.9 F 18.7                      | 子どもたちの健やかな成長のために、安<br>心・安全を最優先に考え、徹底した衛生管理<br>のもと、おいしく、栄養バランスのとれた教育<br>的意義のある学校給食の提供に努めてまい<br>ります。<br>学校給食へのご理解ご協力をよろしくお願<br>いいたします。 |                                                                                  |
|                  | きゅう<br>しよく<br>メモ                                                                | みんなできょうりよくして、じゅん<br>びやかたづけができていますか？                                     | えだまめサラダには、いっているく<br>ろいりのかいそうは、「ひじき」と<br>いいます。                                 |                                                                                                                                      |                                                                                  |
| 小学校              |                                                                                 |                                                                         |                                                                               |                                                                                                                                      |                                                                                  |