

※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。



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

※今月の欠食※

神原小学校

- ・8日：全校欠食
- ・1年生8~12日欠食

神原中学校

- ・1年生8~9日欠食

入学・進級
おめでとうございます



色とりどりの花が春の日差しを受けて咲き誇る中、新学期がスタートしました。新しい学年で気持ちもワクワクしていることでしょう。日々成長する子どもたち。おいしい給食づくりで神原センターからもみなさんの成長を応援します♪

◆4月◆
給食目標

- 食品の名前や働きを知ろう
- 給食の準備・片付けを手早くしよう

給食のやくそくを
まもろう

- ★手をあらおう
- ★熱いもの、重いものは1人で持たない
- ★ともだちとなかよく気持ちよく食べる
- ★もりつけた給食はのこさず食べる
- ★かえし方をきちんとする



	8(月) 中学2・3年のみ 青りんごゼリー、もやしとじゃこのあえもの、牛乳、シューマイ、きびごはん、マーボー豆腐	9(火) アーモンド(中)、お祝いクレープ(小)、牛乳、アスパラサラダ、むぎごはん、ハヤシライス	10(水) 中学1年生スタート 三月菓子(小)、お祝いクレープ(中)、牛乳、クレープイリチー、黒米ゆかりごはん、中身汁	11(木) 三月菓子(中)、バナナ(小)、牛乳、給食のり、れんこんとごぼうのきんぴら、むぎごはん、じゃがいものみそ汁	12(金) かぼちゃと花野菜サラダ、ガパオライス(むぎごはん)、白菜スープ
	中学2,3年生から令和6年度新学期スタートです♪	神原小2~6年生の給食が始まります♪	神原中全学年で食べるのでお祝い献立としました!	今日は旧暦3月3日のハマウリです。	バジルのきいたちちょっと大人なガパオライスです。
小学校	E 661 P 21.1 F 20.9	E 674 P 26.1 F 23.0	E 627 P 22.1 F 12.5	E 629 P 21.1 F 19.4	
中学校	E 858 P 35.7 F 25.4	E 774 P 25.9 F 22.9	E 733 P 28.9 F 22.7	E 849 P 27.4 F 21.8	E 747 P 24.3 F 21.8
	15(月) 小学1年生スタート お祝いクレープ(小)、きよみみかん(小2~中3)、牛乳、コールスローサラダ、むぎごはん、チキンカレー	16(火) ぎょうざ、牛乳、チャーハン、春雨とササミの中華和え	17(水) くるま麩と鶏肉のナゲット、牛乳、ミートソーススパゲッティ、ビーンズサラダ	18(木) 第三木曜は琉球料理の日 にんじんシリシリ、牛乳、小魚のあめがらめ、むぎごはん、アーサ入りゆし豆腐	19(金) いそか和え、牛乳、メンチカツ、きびごはん、筑前煮
	小学1年生初めての給食です。おいしく食べられるかな?	ぎょうざは小学生と中学生は大きさが違います♪	お肉じゃなくて麩(ふ)を使ったおいしいナゲットです。	今日の琉球料理はゆし豆腐と人参シリシリです☆	いそか和えの味付けは海苔としょうゆだけ!絶品です。
小学校	E 693 P 19.7 F 22.8	E 587 P 19.3 F 18.2	E 552 P 23.8 F 19.9	E 584 P 26.8 F 15.1	E 631 P 23.3 F 18.9
中学校	E 800 P 22.2 F 25.1	E 680 P 21.8 F 20.7	E 650 P 28.6 F 22.8	E 692 P 31.1 F 16.7	E 783 P 27.9 F 23.3
	22(月) さくらゼリー、牛乳、レンコン入り平つくね、白菜のツナあえ、むぎごはん、じゃがいものそばろ煮	23(火) えだまめサラダ、牛乳、いわしのかんろ煮、むぎごはん、豚汁	24(水) チーズ、牛乳、キャベツソテー、黒糖パン、キャロットスープ	25(木) きびなごのかりかりフライ(小1~小4は1個、小5~中3は2個)、牛乳、デコポン、クファ、ほうれんそうのジュシー、スーナー	26(金) ごぼうサラダ、牛乳、しそ味ひじき、きびごはん、具だくさんみそ汁
	見た目がキラキラきれいなゼリーをお楽しみに♪	骨まで食べられるいわしです。魚も進んで食べましょう!	県産黒糖を使った黒糖パンは人気の一品です!	スーナーとは白和えです。毎日食べたい豆製品ですね。	手作りのしそ味ひじきでご飯がすすみます♪
小学校	E 648 P 23.1 F 16.0	E 622 P 27.9 F 18.1	E 621 P 23.5 F 22.6	E 614 P 22.0 F 20.0	E 577 P 21.8 F 15.8
中学校	E 756 P 26.2 F 17.2	E 747 P 32.4 F 20.5	E 702 P 25.9 F 24.7	E 728 P 26.4 F 23.9	E 683 P 25.0 F 17.4
	29(月) お休みの日も早寝、早起きをして朝ごはんを食べましょう♪	30(火) いんげんのゴマよごし、牛乳、わふうおろしハンバーグ、かおりごはん、若竹汁	<p>給食には、たくさんの学びが詰まっています...</p> <ul style="list-style-type: none"> 栄養バランス 食料の種類や特徴 感謝の心 食料の生産・流通・消費 ふるさとの食文化 よりよい人間関係の形成 食事の喜び・楽しさ 世界の食文化 食に関する知識・理解・関心 日本の伝統行事と行事食 		
小学校	E 562 P 24.3 F 16.5	E 670 P 28.1 F 18.4			
中学校	E 670 P 28.1 F 18.4				

