

令和7年

6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。



真和志学校給食センター

TEL: 917-3460
FAX: 835-0141

食品群	体内ではたらく
赤の食品	血や肉、骨をつくる
黄の食品	働く力や体温となる
緑の食品	体の調子をととのえる

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	27.0~41.5	18.4~27.7

こ ん だ て	2(月)	3(火)	4(水) 歯と口の衛生週間 こんだて	5(木)	6(金)
	小学校 E 649 P 27.2 F 23.2 中学校 E 778 P 31.9 F 27.0	小学校 E 513 P 21.3 F 14.0 中学校 E 613 P 24.6 F 15.4	小学校 E 594 P 21.1 F 16.2 中学校 E 686 P 23.1 F 17.2	小学校 E 663 P 25.3 F 25.9 中学校 E 719 P 27.2 F 28.0	小学校 E 623 P 21.3 F 22.0 中学校 E 739 P 24.4 F 24.8
こ ん だ て	9(月)	10(火)	11(水)	12(木)	13(金)
	小学校 E 648 P 24.5 F 23.7 中学校 E 776 P 28.6 F 27.4	小学校 E 647 P 24.0 F 25.8 中学校 E 749 P 28.0 F 29.4	小学校 E 646 P 24.3 F 23.1 中学校 E 739 P 27.5 F 26.0	小学校 E 638 P 25.5 F 21.6 中学校 E 746 P 29.5 F 24.0	小学校 E 646 P 28.2 F 21.9 中学校 E 763 P 31.8 F 24.5
こ ん だ て	16(月)	17(火)	18(水)	19(木) 琉球料理の日	20(金) 慰霊の日 こんだて
	小学校 E 666 P 22.1 F 17.3 中学校 E 796 P 25.5 F 19.2	小学校 E 658 P 26.9 F 21.8 中学校 E 774 P 30.6 F 24.1	小学校 E 899 P 31.9 F 32.2 中学校 E 1043 P 36.7 F 37.1	小学校 E 540 P 21.5 F 12.9 中学校 E 640 P 24.8 F 14.0	小学校 E 498 P 21.6 F 22.4 中学校 E 543 P 24.0 F 24.3
こ ん だ て	23(月) 慰霊の日	24(火)	25(水)	26(木)	27(金)
	小学校 E 623 P 19.1 F 23.6 中学校 E 705 P 21.0 F 25.9	小学校 E 585 P 19.5 F 21.5 中学校 E 698 P 22.3 F 24.2	小学校 E 637 P 23.0 F 25.7 中学校 E 725 P 25.7 F 28.8	小学校 E 689 P 28.3 F 20.2 中学校 E 822 P 33.0 F 22.7	小学校 E 591 P 23.0 F 24.4 中学校 E 673 P 25.9 F 27.8
こ ん だ て	30(月)	【栄養指導目標】 「歯や骨をじょうぶにする食べ物について考えよう」 牛乳や小魚、海藻などの食品には、カルシウムが多く含まれています。カルシウムは骨や歯を作るために重要な栄養素です。成長期には欠かせないので、意識してカルシウムの多い食品をとりましょう。 また、食べ物は1つのものだけでは栄養がとれるわけではなく、さまざまな種類の食品をとることが大切です。日々の食事をバランス良く食べて、じょうぶな体をつくりま			【残量調査のお知らせ】 9日(月)~13日(金)に残量調査を行います。対象校は、壺屋小と真和志中となっています。ご協力よろしくお願い致します。
	小学校 E 623 P 19.1 F 23.6 中学校 E 705 P 21.0 F 25.9				

※材料・天候によって献立を変更することがあります。