

※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。



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

あけましておめでとうございます

子どもたちの健やかな成長を願って、小祿給食センター職員一同、安全でおいしい給食づくりに励みたいと思います。今年もどうぞよろしくお祈りします。

1月24日~30日は全国学校給食週間です!

【1月のもくひょう】きょうどりょうりのよさをみつけよう

小祿給食センターでは、24~30日の1週間を給食週間として明治時代の給食(給食のはじまり)をはじめ、郷土料理や沖縄県産食材を活用した料理を取り入れています。期間中は校内に県産食材の展示を行うのでぜひご覧ください。



中3、小6のみなさんにアンケートを取りました! 1月から3月の給食で提供予定です!

	(1位)	(2位)	(3位)
小祿中	あげパン	肉野菜そば	カレー もずく丼(3位タイ)
金城中	あげパン	肉野菜そば	ラーメン
小祿小	あげパン	カレー	わかめごはん
垣花小	もずく丼	カレー	サイコロステーキ
さつき小	あげパン	醤油ラーメン	ペンネ・ミートソース(3位タイ) シークワサーソルベ

給食提供がない日 16日(木)・・・小祿中3年生 17日(金)・・・垣花小6年生 21日(火)・・・金城中3年生 21日(火)~22日(水) ・・・垣花小5年生 29日(水)~31日(金) ・・・小祿中1年生	こ ん だ て	7(火) 七草 ミルメーク さつまいものてんぷら にくやさしいため うちなーななくさがゆ	8(水) はるさめサラダ ごはん マーボー豆腐	9(木) ミートボール ミートソース スパゲティー ビーンズ サラダ	10(金)鏡開き(1/11)献立 カルフィッシュ (むぎごはん) (ぐ) もずくどん ぜんざい
	小学校 中学校	E 526 P 17.6 F 25.8 E 572 P 19.5 F 28.0	E 604 P 25.8 F 19.7 E 719 P 29.8 F 22.4	E 601 P 26.3 F 24.8 E 679 P 29.5 F 27.9	E 652 P 22.5 F 13.3 E 768 P 25.4 F 14.5
13(月) 成人の日	こ ん だ て	14(火) (むぎごはん) (ぐ) おやこどん いそあえ	15(水) (めん) ちゅうか (しる) ポテト (やさい) しょうゆラーメン	16(木) 琉球料理の日 タンカン デークニイリチー ごはん ゆし豆腐	17(金) いわしのトマトに ポテトとこまつなのサラダ コーンピラフ
	小学校 中学校	E 577 P 23.0 F 16.9 E 685 P 26.8 F 18.9	E 550 P 21.5 F 17.5 E 650 P 23.6 F 21.2	E 551 P 19.8 F 19.3 E 652 P 22.7 F 21.6	E 608 P 23.7 F 19.2 E 673 P 25.6 F 20.9
20(月) おさかなふりかけ じゃがぶたキムチ ごはん たまごスープ	こ ん だ て	21(火) カツオカツ だいこんのあえもの とりめし	22(水) カレーの日 わかめと えだまめのサラダ (ごはん) (ルウ) チキンとほうれんそうのカレー	23(木) サイコロステーキ ポトフ ぜんりゅうふんパン	24(金) 学校給食週間 こまつなのごまあえ さばのしおやき ごはん じゃがいもの みそしる
	小学校 中学校	E 597 P 21.6 F 22.0 E 709 P 25.1 F 25.0	E 613 P 21.2 F 19.7 E 686 P 23.1 F 21.1	E 607 P 20.2 F 18.4 E 727 P 23.2 F 20.8	E 518 P 26.6 F 18.9 E 588 P 30.4 F 21.1
27(月) 学校給食週間 こまつなのシークワサーあえ あぶらみそ ごはん しまだいこんの につけ	こ ん だ て	28(火) 学校給食週間 くるまふナゲット うっちゃんライス パパイア サラダ	29(水) 学校給食週間・旧正月 ひとくちこくどう せんぎりイリチー ごはん なかみじる	30(木) 学校給食週間 おからイリチー きびなごフライ ごはん チムシンジ	31(金) にんじんサラダ コッペパン クラムチャウダー
	小学校 中学校	E 551 P 22.6 F 13.1 E 662 P 26.1 F 14.1	E 535 P 20.3 F 14.4 E 621 P 24.2 F 16.2	E 584 P 23.6 F 19.0 E 693 P 27.1 F 21.5	E 546 P 24.8 F 14.3 E 639 P 28.2 F 15.4

※材料・天候によって献立を変更することがあります。