

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。



裏も確認してね！

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

高良給食センター

TEL: 917-3484

FAX: 917-3484

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

入学・進級 おめでとうございます！

元気いっぱいの1年生も入学し、新年度がスタートしました。新しい先生や新しい

お友達と出会い、わくわく、ドキドキしていることでしょう。4月は疲れが出やすいの

で、早寝早起きを心がけ、朝ごはんをしっかり食べて登校しましょう。

今年度も安全・安心な給食の提供に努めてまいりますので、よろしくお願い致します。

【高良学校給食センター職員】

・所長 1名 ・副所長 1名 ・栄養士 1名

・調理員 12名 ・運転手 2名



今月の給食目標

◎給食献立に関心を持とう

◎正しいマナーを身に付けよう



今日の給食は何か？楽しみだね！



こ
ん
だ
て

今月の欠食予定

9～14日 1年生なし

25日 高良小(遠足)

28日 宇栄原小(遠足)



8(火)

始業式



あさごはん たべておいでね～♪

9(水)

おいわいいちごゼリー



カラフルサラダ



ごはん ハヤシライス

進級おめでとう！お祝いにゼリーをつけました。給食を食べ、1年元気にすごしましょう。

E 638 P 21.6 F 17.2

10(木)

こまつなときのこのサラダ



こくとうパン チキンのトマトに



今日も野菜がたっぷり入っています。食べ物に感謝して、残さず食べてくれると嬉しいです。

E 603 P 22.5 F 21.0

11(金)

きりぼしだいこんのあえもの



ごはん マーボー豆腐



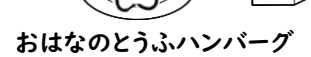
春休みにゆるんだ生活リズムはもどってきたかな？よく食べてよくねて、つかれをとろう。

E 636 P 26.2 F 21.0

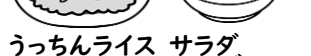
こ
ん
だ
て

14(月)

おはなのとうふハンバーグ



うっちゃんライス サラダ



スパゲティ

ウコンという植物を沖縄では「うっちゃん」、英語では「ターメリック」と言うよ。ウコンは何色？

E 605 P 21.6 F 21.7

15(火)

1年生給食開始

ブロッコリーサラダ



ごはん チキンカレー



きょうから1ねんせいのきゅうしよくがはじまります。だいすきなカレーをおいしくたべてね。

E 601 P 21.6 F 14.1

16(水)

おいわいいちごゼリー(1年)

オレンジ(2～6年)

にくそぼろどん



きびごはん アーサじる

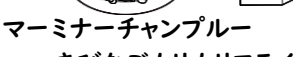
1ねんせいのにゆうがくのおいわいにゼリーをつけたよ。じょうずにふたをあけられるかな？

E 598 P 24.1 F 17.9

17(木)

琉球料理の日

マーミナーチャンプルー



きびなごカリカリフライ



きびごはん イナムドウチ

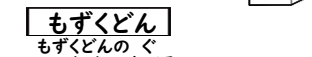
毎月第3木曜は琉球料理の日。イナムドウチはぶたにくのみそ汁、マーミナーはもやしだよ。

E 617 P 24.6 F 20.5

18(金)

おきなわ食材の日

バナナ



もずくどん



きびごはん こまつなのみそじる

毎月第3金曜はおきなわ食材の日。沖縄県産のもずくで作ったもずくどんは人気メニュー！

E 609 P 24.4 F 14.2

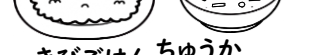
こ
ん
だ
て

21(月)

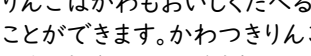
りんご



ぶたにくのみそいため



きびごはん ちゅうか



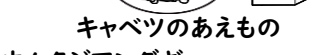
コーンスープ

りんごはかわもおいしくたべることができま。かわつきりんごにちょうせんしてみよう！

E 621 P 23.3 F 18.5

22(火)

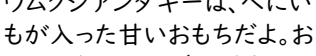
キャベツのあえもの



ウムクジアンダギー



きびごはん だいこんのにつけ



ウムクジアンダギーは、べにいもが入った甘いもちだよ。おやさいもしっかり食べようね。

E 611 P 23.2 F 16.3

23(水)

メンチカツ



チキンライス ビーンズサラダ

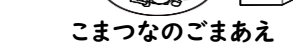


みなさんは、おうちで豆をたべてる？サラダも一口はちょうせんして強い体をつくりましょう。

E 588 P 20.1 F 23.3

24(木)

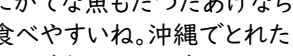
こまつなのごまあえ



まぐろのたつたあげ



きびごはん とんじる



にがてな魚もたつたあげなら食べやすいね。沖縄でとれたまぐろです。おいしく食べてね。

E 634 P 29.9 F 18.2

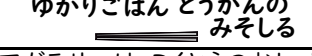
25(金)

高良小 欠食

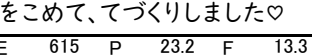
てづくりアガラサー



せんぎりイリチー



ゆかりごはん とうがんのみそじる



アガラサーは、こくとうのおしパンです。ちょうりいんさんが愛情をこめて、てづくりしました♡

E 615 P 23.2 F 13.3

こ
ん
だ
て

28(月)

宇栄原小 欠食

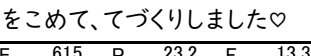
てづくりアガラサー



せんぎりイリチー



ゆかりごはん とうがんのみそじる



アガラサーは、こくとうのおしパンです。ちょうりいんさんが愛情をこめて、てづくりしました♡

E 615 P 23.2 F 13.3

29(火)

昭和の日



30(水)

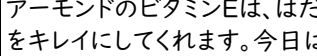
なかよしパン



アーモンドあえ



ミートボール マッシュルーム



アーモンドのビタミンEは、はだをキレイにしてくれます。今日はアーモンドの粉が入ってます。

E 583 P 22.2 F 20.9

給食の献立は 赤・黄・緑がそろっています！



成長期のみなさんが健康で元気に毎日
をすごせるように、おいしくて栄養バ
ランスがよい献立をつくっています！

※材料・天候によって献立を変更することがあります。 ※給食費は、期限内に納めましょう。
※那覇市給食センターのホームページに献立表及び詳細献立表を掲載しています。(毎月、前月の末頃に掲載)