

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。



食品群	体内でのほたらき
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	体の調子をとのえる

学校給食の栄養基準量	小学校	E=エネルギー	P=タンパク質	F=脂質
		650	21.1~32.5g	14.4~21.7g

今月の給食目標

- 給食こんだてに関心を持つ
- 正しいマナーを身につけよう

入学・進級 おめでとうございます！

わくわく、どきどきの新学期です！かわいい1年生も入学し、とても楽しい年になりそうですね。高良小・宇栄原小のみなさん、今年度もおいしい給食を楽しみにしててくださいね！新学期は疲れが出やすいので、早寝早起き朝ごはんを心がけましょう。

【高良学校給食センター職員】
 ・所長 1名 ・副所長 1名 ・栄養士 2名
 ・調理員 12名 ・運転手 2名

こ ん だ て	8(月)	9(火)	10(水)	11(木)	12(金)
	<p>しぎょう しき 始業式</p> <p>あさごはん たべておいでね〜♪</p>	<p>おいわいいちごゼリー</p> <p>カラフルサラダ</p> <p>おむぎごはん ハヤシライス</p>	<p>タマナーチャンプル</p> <p>ウムクジアンダギー</p> <p>おむぎごはん シカムドウチ</p>	<p>きりぼしだいこん のあえもの</p> <p>おむぎごはん マーボー豆腐</p>	<p>メンチカツ</p> <p>メンチカツ</p> <p>ミートソース かいそう スパゲティ サラダ</p>
小学校	E 625 P 23.0 F 16.6	E 600 P 23.9 F 17.2	E 623 P 26.1 F 21.0	E 615 P 24.9 F 24.8	E 615 P 24.9 F 24.8
こ ん だ て	15(月)	16(火)	17(水)	18(月)	19(火)
	<p>ぶたにくのみそいため</p> <p>デコポン</p> <p>おむぎごはん ちゅうか コーンスープ</p>	<p>しらすあえ</p> <p>しらすあえ</p> <p>ささみカツ</p> <p>おむぎごはん チムシンジ</p>	<p>ブロッコリーと ツナのサラダ</p> <p>ブロッコリーと ツナのサラダ</p> <p>こくとう はるやさいの どうにゅうクリーム パン</p>	<p>琉球料理の日</p> <p>琉球料理の日</p> <p>サバのしおこうじやき</p> <p>パインゼリー</p> <p>クファージュシー こまつなの いそかあえ</p>	<p>食育の日</p> <p>食育の日</p> <p>バナナ</p> <p>もずくどん もずくどんの具 かいけてたべる</p> <p>おむぎごはん こうや豆腐の みそしる</p>
小学校	E 600 P 24.0 F 17.0	E 590 P 25.5 F 15.6	E 596 P 25.0 F 19.1	E 604 P 26.8 F 18.3	E 635 P 23.7 F 13.5
こ ん だ て	22(月)	23(火)	24(水)	25(月)	26(金)
	<p>宇栄原小1年生スタート</p> <p>宇栄原小1年生のみ</p> <p>おいわいいちごゼリー</p> <p>ハンバーグのソースがけ</p> <p>ピラフ いろどり ポテトサラダ</p>	<p>きよみオレンジ</p> <p>きよみオレンジ</p> <p>にくそぼろどん にくそぼろどんの具 かいけてたべる</p> <p>おむぎごはん アーサじる</p>	<p>高良小1年生スタート</p> <p>高良小1年生のみ</p> <p>おいわいいちごゼリー</p> <p>グリーンサラダ</p> <p>おむぎごはん チキンカレー</p>	<p>高良小 遠足</p> <p>高良小 遠足</p> <p>ブロッコリーソテー</p> <p>ミニフィッシュ</p> <p>はちみつきなこ ポトフ トースト</p>	<p>きんぴらごぼう</p> <p>きんぴらごぼう</p> <p>まぐるカツ</p> <p>おむぎごはん ゆし豆腐</p>
小学校	E 631 P 22.4 F 24.4	E 592 P 23.9 F 17.1	E 633 P 23.1 F 14.8	E 599 P 26.9 F 20.6	E 626 P 31.2 F 19.4
こ ん だ て	29(月)	30(火)	<p>こんげつ けっしよくよてい 今月の欠食予定</p> <p>がっ にち むく たからしょう えんそく ・4月25日(木)・高良小 遠足</p>		
	<p>しょうわ ひ 昭和の日</p> <p>しょうわ ひ 昭和の日</p> <p>ぶたどん ぶたどんの具 かいけてたべる</p> <p>おむぎごはん じゃがいも のみそしる</p>	<p>オレンジ</p> <p>オレンジ</p> <p>ぶた肉のビタミンB1は、糖質を エネルギーにかえるお手伝い をして体を元気にしてくれます。</p> <p>おむぎごはん</p>	<p>E 604 P 25.9 F 16.5</p>		
小学校	E 604 P 25.9 F 16.5				

※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。