

# 平成31年 4月の予定献立表

伊良部調理場  
電話番号 0980-78-3311

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	体の調子をととのえる

学校給食 栄養基準		E=エネルギー	P=タンパク	F=脂質
	小学	640 kcal	24.0 g	21.3 g
	中学	820 kcal	30.0 g	27.3 g

材料、その他の都合により献立を変更することがあります。

こ ん だ て	8(月) 黒米ごはん 中身汁 クーブイリチー グルクンの甘酢揚げ ネーブル 牛乳	9(火) ごはん マーボー豆腐 ぎょうざ パンサンスー 牛乳  <b>中学1年生給食開始</b>	10(水) きびご飯 ゆしとうふ きんぴら ちくわのいそべ揚げ 牛乳	11(木) コッペパン ミネストローネ チキンのてりやき ポテトサラダ シークアーサーゼリー 牛乳	12(金) きびご飯 大根の煮物 なっとうみそ ごまあえ ネーブル 牛乳
	あ か き みどり	牛乳、ぶたにく、たまご、かぼちゃ、しょうゆ、ごんぶ、ごんぶ たまご、きゅうり、かぼちゃ、たまご、しょうゆ、ごんぶ、ごんぶ しょうゆ、ごんぶ、たまご、しょうゆ、ごんぶ、ごんぶ 牛乳、ぶたにく、たまご、かぼちゃ、しょうゆ、ごんぶ、ごんぶ	牛乳、とうもろこし、かぼちゃ、しょうゆ、ごんぶ、ごんぶ たまご、きゅうり、かぼちゃ、たまご、しょうゆ、ごんぶ、ごんぶ たまご、きゅうり、かぼちゃ、たまご、しょうゆ、ごんぶ、ごんぶ 牛乳、ぶたにく、たまご、かぼちゃ、しょうゆ、ごんぶ、ごんぶ	牛乳、脱脂粉乳、りんご、しょうゆ、ローズマリー こむぎ、グラニュー糖、しょうゆ、ごんぶ、ごんぶ たまご、きゅうり、かぼちゃ、たまご、しょうゆ、ごんぶ、ごんぶ 牛乳、ぶたにく、たまご、かぼちゃ、しょうゆ、ごんぶ、ごんぶ	牛乳、りんご、かぼちゃ、しょうゆ、ごんぶ、ごんぶ たまご、きゅうり、かぼちゃ、たまご、しょうゆ、ごんぶ、ごんぶ たまご、きゅうり、かぼちゃ、たまご、しょうゆ、ごんぶ、ごんぶ 牛乳、ぶたにく、たまご、かぼちゃ、しょうゆ、ごんぶ、ごんぶ
こ ん だ て	15(月) カレーライス ブロッコリーサラダ ネーブル 牛乳  <b>小学1年生給食開始</b>	16(火) 親子丼 わかめのみそ汁 フルーツポンチ 牛乳	17(水) ごはん すまし汁 ホキフライ おひたし ネーブル 牛乳	18(木) 麦ごはん イナムドゥチ 大根サラダ 千草焼 牛乳	19(金) えだまめごはん だんご汁 魚のみそ焼き 牛乳
	あ か き みどり	牛乳、りんご、かぼちゃ たまご、きゅうり、かぼちゃ、たまご、しょうゆ、ごんぶ、ごんぶ しょうゆ、ごんぶ、たまご、しょうゆ、ごんぶ、ごんぶ 牛乳、ぶたにく、たまご、かぼちゃ、しょうゆ、ごんぶ、ごんぶ	牛乳、りんご、かぼちゃ、しょうゆ、ごんぶ、ごんぶ たまご、きゅうり、かぼちゃ、たまご、しょうゆ、ごんぶ、ごんぶ たまご、きゅうり、かぼちゃ、たまご、しょうゆ、ごんぶ、ごんぶ 牛乳、ぶたにく、たまご、かぼちゃ、しょうゆ、ごんぶ、ごんぶ	牛乳、とうもろこし、かぼちゃ、しょうゆ、ごんぶ、ごんぶ たまご、きゅうり、かぼちゃ、たまご、しょうゆ、ごんぶ、ごんぶ たまご、きゅうり、かぼちゃ、たまご、しょうゆ、ごんぶ、ごんぶ 牛乳、ぶたにく、たまご、かぼちゃ、しょうゆ、ごんぶ、ごんぶ	牛乳、りんご、かぼちゃ、しょうゆ、ごんぶ、ごんぶ たまご、きゅうり、かぼちゃ、たまご、しょうゆ、ごんぶ、ごんぶ たまご、きゅうり、かぼちゃ、たまご、しょうゆ、ごんぶ、ごんぶ 牛乳、ぶたにく、たまご、かぼちゃ、しょうゆ、ごんぶ、ごんぶ
こ ん だ て	22(月) 宮古そば ナムル プリン 牛乳	23(火) 麦ごはん さばのてりやき にらたまスープ オニオンサラダ ネーブル 牛乳	24(水) きびご飯 みそカツ アーサ汁 ごぼうサラダ 牛乳	25(木) 紅芋パン チャウダー オムレツ 彩りサラダ 牛乳	26(金) そばろどん もずくスープ 大根の甘酢あえ 牛乳
	あ か き みどり	牛乳、ぶたにく、たまご、しょうゆ、かぼちゃ、たまご 卵黄、脱脂粉乳 こむぎ、しょうゆ、かたくりこ、ごま、ごま油 グラニュー糖、水あめ	牛乳、りんご、かぼちゃ、しょうゆ、ごんぶ、ごんぶ たまご、きゅうり、かぼちゃ、たまご、しょうゆ、ごんぶ、ごんぶ しょうゆ、ごんぶ、たまご、しょうゆ、ごんぶ、ごんぶ 牛乳、ぶたにく、たまご、かぼちゃ、しょうゆ、ごんぶ、ごんぶ	牛乳、ぶたにく、たまご、しょうゆ、ごんぶ、ごんぶ たまご、きゅうり、かぼちゃ、たまご、しょうゆ、ごんぶ、ごんぶ 水、りんご、かぼちゃ、ごま、ごま油、ごんぶ、ごんぶ 牛乳、ぶたにく、たまご、しょうゆ、ごんぶ、ごんぶ	牛乳、りんご、かぼちゃ、しょうゆ、ごんぶ、ごんぶ たまご、きゅうり、かぼちゃ、たまご、しょうゆ、ごんぶ、ごんぶ たまご、きゅうり、かぼちゃ、たまご、しょうゆ、ごんぶ、ごんぶ 牛乳、ぶたにく、たまご、かぼちゃ、しょうゆ、ごんぶ、ごんぶ



## ご入学・ご進級 おめでとうございませう



新学期がはじまりました。楽しい学校生活を送るためには、心身の健康が大切です。子どもたちが元気に成長できるよう、調理場でも安全でおいしい給食づくりで応援。今年度も一年間、よろしくお願いいたします。

### 学校給食の7つの目標

1 適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。	2 日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。	3 学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。	4 食生活が自然の恩恵の上になり立つものであることについての理解を深め、生活及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。
5 食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。	6 我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。	7 食料の生産、流通及び消費について、正しい理解を導くこと。	

しっかり  
食べよう  
朝ごはん

