



※材料・天候によって献立を変更することがあります。
※食物アレルギーのある児童生徒は給食を食べる前に「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。
※児童生徒の給食費(小学校5600円、中学校6000円)は市が負担しています。

食品群	体内でのたらし
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

ご入学・ご進級おめでとうございます

春のやわらかな日差しが心地よい季節となりました。今年度も、毎日の給食時間が心待ちになるような、おいしく魅力ある給食作りに努めていきたいと思います。学校給食へのご理解・ご協力のほど、よろしくお願いいたします。

給食から学べること

- 健康によい食事のとり方
- 地域の産業
- 伝統行事や行事食
- 環境への配慮
- 日本や世界の食文化
- 感謝の心 など

毎月19日は「食育の日」
給食を通して、沖縄の食文化や地場産物を伝える目的として、琉球料理や宮古島産を使用した献立を予定しています。

毎月第3木曜日は「琉球料理の日」
沖縄の伝統的な食文化を伝え、次世代に継承していくことを目的として制定されました。給食でも、積極的にメニューに取り入れる予定です。

給食当番の決まりを守ろう

みんなが給食を安心して食べられるよう、給食当番は決まりを守って、協力して準備や後片付けをしましょう。

清潔な給食着を身につける。

★給食着を床に置いて着替えたり畳んだりしない。

髪の毛は帽子や三角巾にしっかりしまおう。

★髪が長い人は結んでおく。

食卓や食器かごなどを床に置かない。

9(木) 始業式

いわしの生姜煮

みかんゼリー

クープイリチー

黒米ごはん

イナムドーチ

10(金) 中1 給食開始

春巻き

ホイコーロー

麦ごはん

青菜のスープ

	<p>13(月)</p> <p>ちくわのチーズ焼き</p> <p>ひじきの炒め煮</p> <p>麦ごはん 玉ねぎのみそ汁</p>	<p>14(火)</p> <p>さわらのごま焼き</p> <p>オレンジ</p> <p>きゅうりのツナ和え</p> <p>麦ごはん シブインブシー</p>	<p>15(水) 小1 給食開始</p> <p>フルーツアロエ</p> <p>くるまふ</p> <p>ポークカレーライス ナゲット</p>	<p>16(木) 琉球料理の日</p> <p>みかん</p> <p>フータシヤー</p> <p>くふあじゅうしい ゆし豆腐</p>	<p>17(金)</p> <p>りんご</p> <p>冬瓜のそぼろ</p> <p>あんかけ丼</p> <p>もずくのみそ汁</p>
--	--	---	---	---	---

あか	牛乳、とうふ、赤みそ、白みそ、ちくわ、スキムミルク、チーズ、糸揚げ、青のり、ひじき、大豆	牛乳、豚肉、あつあげ、赤みそ、さわら、ツナ	牛乳、ぶた肉、とりレバー	牛乳、ぶた肉、平かまぼこ、昆布ゆし豆腐、アーサ、白みそ、たまご、糸揚げ	牛乳、豚ひき肉、とりレバー、大豆、もずく、とうふ、赤みそ、白みそ
き	米、麦、たまごなしマヨネーズ、生クリーム、サラダ油、三温糖	米、麦、サラダ油、三温糖、白ごま	米、麦、じゃがいも、サラダ油	米、麦、サラダ油、ふ	米、麦、サラダ油、三温糖、でん粉
みどり	たまねぎ、こまつな、こんにやく、にんじん、キャベツ	とうがん、にんじん、こんにやく、さいやいんげん、にんにく、しょうが、きゅうり、キャベツ、コーン、オレンジ	にんじん、たまねぎ、ピーマン、にんにく、リンゴ、ブルーベリー、バナナ、パイン缶、みかん缶、もも缶、アロエ	ごぼう、にんじん、葉ねぎ、パパイア、からしな、みかん	とうがん、たまねぎ、にんじん、あお豆、木くらげ、しょうが、えのきたけ、キャベツ、葉ねぎ、りんご

	<p>20(月)</p> <p>さばの照り焼き</p> <p>チーズおから</p> <p>麦ごはん きゃべつのみそ汁</p>	<p>21(火)</p> <p>アーサ入り卵焼き</p> <p>ごまジャコ和え</p> <p>麦ごはん 切干大根とじゃがいもの煮物</p>	<p>22(水)</p> <p>魚フライ</p> <p>オレンジ</p> <p>コールスローサラダ</p> <p>バーガーパン かぼちゃスープ</p>	<p>23(木)</p> <p>シュウマイ</p> <p>わかめの中華和え</p> <p>麦ごはん 麻婆豆腐</p>	<p>24(金)</p> <p>バナナ</p> <p>ブロッコリーと豆のサラダ</p> <p>スパゲティナポリタン</p> <p>ふわふわ卵スープ</p>
--	--	---	---	--	---

あか	牛乳、あぶらあげ、赤みそ、白みそ、さば、とりひき肉、おから、チーズ	牛乳、ぶた肉、たまご、アーサ、とうふ、ツナ、チリメン	牛乳、とり肉、白花生、白いんげん豆、大豆、スキムミルク、ホキ	牛乳、とうふ、豚ひき肉、赤みそ、ひじき、わかめ	牛乳、ウィンナー、たまご、チーズ、ひよこ豆、青えんどう豆、赤いんげん豆、ツナ
き	米、麦、三温糖、サラダ油	米、麦、じゃがいも、サラダ油、三温糖、白ごま、ごま油	パン、小麦粉、でん粉、パン粉、サラダ油、アーモンド、たまごなしマヨネーズ	米、麦、三温糖、ごま油、でん粉、白ごま	スパゲッティ、サラダ油、三温糖、パン粉、アーモンド
みどり	キャベツ、にんじん、しょうが、たまねぎ、オレンジ	切干大根、にんじん、こんにやく、あお豆、きゅうり、キャベツ、赤ピーマン	かぼちゃ、たまねぎ、しめじ、キャベツ、きゅうり、コーン、オレンジ	木くらげ、にんじん、たまねぎ、しょうが、にんにく、キャベツ、きゅうり、コーン	たまねぎ、にんじん、ピーマン、木くらげ、トマト缶、マッシュルーム、にんにく、こまつな、えのきたけ、ブロッコリー、カリフラワー、キャベツ、バナナ

	<p>27(月)</p> <p>きびなごから揚げ</p> <p>ゴーラとなまり節のカレーマヨ和え</p> <p>麦ごはん アーサ汁</p>	<p>28(火) 上野小欠食(遠足)</p> <p>しいらのコーンマヨ焼き</p> <p>きゅうりのおかか和え</p> <p>麦ごはん 豚汁</p>	<p>昭和の日</p>	<p>30(木) こどもの日献立</p> <p>かしわもち</p> <p>なすみそ炒め</p> <p>たけのごはん 大根のすまし汁</p>	
あか	牛乳、アーサ、とうふ、きびなご、なまり節	牛乳、ぶた肉、あつあげ、赤みそ、白みそ、しいら、糸揚げ		牛乳、あぶらあげ、オーシャンキングほくし身、あつあげ、豚ひき肉、赤みそ、あずき	
き	米、麦、でん粉、小麦粉、サラダ油、たまごなしマヨネーズ	米、麦、たまごなしマヨネーズ、三温糖、白ごま		米、麦、三温糖、サラダ油、水あめ、上新粉	
みどり	しょうが、ゴーヤー、にんじん、しめじ、コーン、シークワーサー果汁、オレンジ	ごぼう、にんじん、こんにやく、とうがん、葉ねぎ、しょうが、コーン、ほうれん草、きゅうり、たまねぎ		たけのこ、にんじん、しいたけ、きぬさや、だいこん、えのきたけ、こまつな、なす、たまねぎ、ピーマン、しょうが	