

H27 子定献立表



主な材料と体内での働き

色とりどりの花が咲きほころぶ中、元気いっぱい新しいの新生活を迎え、今年度の学校生活がスタートしました！
みなさん、期待に胸をふくらませているのではないのでしょうか。環境が変わるこの季節は、緊張や不安から休養をくずしやすくなる時でもあります。生活リズムを11月見直し、
「早寝・早起き・朝ごはん」笑顔で元気よく、登校できるようにしましょうね。
今年度も、安全・安心でおいしい給食を提供できるよう、給食センター職員で力を合わせて頑張りますので、どうぞよろしくお願ひします。

入学・進級おめでとう！

TEL 41-2088

国頭給食センター

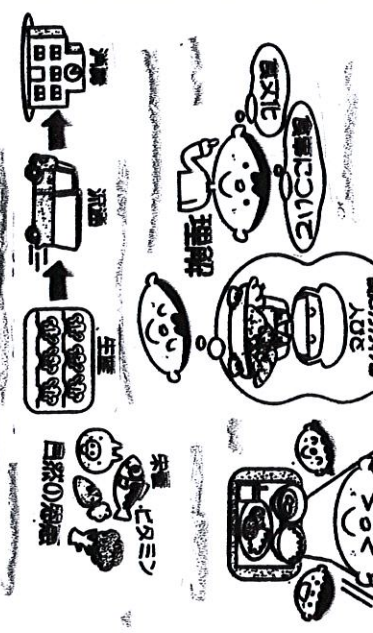
4月 献立名

日	主食	牛乳	献立名	赤の食品 血・肉・骨 をなす	黄色の食品 糖や力 となる	緑の食品 体の調子 を整える
8/水	二飯	○	・カレーピラフ ・豆腐のミートソースかけ ・大根サラダ ・甘夏	牛乳 豚肉 豆腐 ベーコン ちりめん 豚ひき肉 わかめ	米 麦 でん粉 油 コチシロツツシク バター 大根 トマト	人参 ビーツ きゅうり 玉ねぎ 青豆 コーン 甘夏
9/木	パン	○	・黒糖パン ・クラムチヤウダー・野菜ソテー ・チキンのソースかけ・はつさく	牛乳 豚肉 豆腐 あさり 鶏肉 ツナ スキムミルク	米 麦 もち米 小麦粉 こま 三温糖 小麥粉 ビーツ 椎茸 きゅうり ビーツ 椎茸	人参 きやべつ 玉葱 木くらげ 青豆 はつさく 鶏さやもやし しょうゆ
10/金	二飯	○	・栗ご飯 ※ジュニミ(理明)献立 ・鶏のお汁・御三味 ・ミガーのビーナッツ和え・甘夏	牛乳 かまぼこ 丸鶏 昆布 豆腐 豚ミンギー みそ	米 粟 三温糖 ビーナッツバター 油 大根 鳥人参	人参 小松菜 もやし こんにやく 生薬 甘夏
13/月	二飯	○	・セルフサンド(ハムチーズ) ・野菜のクリーム ・ゴロツクリーソテー・日向夏	牛乳 あさり 鶏肉 ハム チーズ スキムミルク ベーコン	パン じゃがいも 小麦粉 マヨネーズ 油 三温糖 バター レタス フロコラー	人参 キヤベツ 玉葱 グーデン しめじ タタ いんげん 日向夏
14/火	パン	○	・もずく雑炊 ・焼炒め・ビーナッツじゃこ ・パインカステラ	牛乳 豚肉 もずく 鶏 卵 ツキア かえり 加工乳	米 麦 小麦粉 こま グラニュー糖 三温糖 バター 油	人参 からしな 玉葱 ねぎ きやべつ いわけ レース バイ
15/水	二飯	○	・沖鍋焼きそば・うむにー ・きびなごの空揚げ・五色和え ・スナックアーマンド	牛乳 豆腐 卵 豚肉 つきあぎ きびなご わかめ	米 麦 小麦粉 こま グラニュー糖 三温糖 バター 油	人参 きやべつ 玉葱 ねぎ きやべつ いわけ レース バイ
16/木	麵	○	・麦ご飯 ・麻婆豆腐・カニ玉 ・パンサンズー・甘夏	牛乳 豆腐 卵 豚ひき肉 すわいかニ 大豆蛋白 みそ ハム	米 麦 小麦粉 春雨 三温糖 こま 油 グラニュー糖 油	人参 きゅうり にら 玉葱 しんじょう 玉葱
17/金	二飯	○	・黒米ご飯 ※浜下りの献立 ・アサ汁・せん切りいりちー ・タマナーウサチ・三月菓子	牛乳 豆腐 卵 大豆 あおさ 豚肉 油揚げ 昆布 卵	米 麦 黒米 もち米 こま 小麦粉 こま 三温糖 油	人参 きやべつ きゅうり こんにやく 生薬 甘夏
20/月	二飯	○	・胚芽あみパン ・ポークビーンズ・魚の黄金焼き ・わかめサラダ・黄桃缶	牛乳 厚揚げ 豚肉 わかさぎ 黒大豆 加工乳	米 麦 でん粉 グラニュー糖 油 生薬 長ねぎ 玉葱	人参 きやべつ 木くらげ 鶏さや もやし しょうゆ
21/火	パン	○	・春色又パゲティ ・ポテトのレモン風味・イタリアンサラ ・アーマンド菓子	牛乳 チーズ あさり レタキビー 鶏糸卵 ソーセージ	米 麦 でん粉 こま 三温糖 油 ねぎ 白菜	人参 しょうゆ 木くらげ 鶏さや もやし しょうゆ
22/水	二飯	○	・大豆入り炊き込みご飯 ・すり身天ぷら ・白和え・甘夏	牛乳 あおさ わかめ 豚肉 油揚げ 卵 豆腐 大豆 すり身 チリメン	米 麦 でん粉 こま 三温糖 油 ねぎ 白菜	人参 しょうゆ 木くらげ 鶏さや もやし しょうゆ
23/木	麵	○	・大根の梅漬け ・シーフードカレー・クルーツヨーグル ・焼きチーズと小魚	牛乳 かつお 片口いわ チーズ 具 卵 グラニ あさり 大豆 チーズ	米 麦 でん粉 こま 三温糖 油 ねぎ 白菜	人参 しょうゆ 木くらげ 鶏さや もやし しょうゆ
24/金	二飯	○	・肉団子スー・洋風卵焼き ・ポトトサラダ ・日向夏	牛乳 チーズ 生クリーム 肉団子	米 麦 じゃがいも 春雨 三温糖 油 きゅうり みかん	人参 小松菜 大根 トマト コーン 日向夏
27/月	二飯	○	・麦ご飯 ・菜膳みそ汁 ・イカ下足から揚げ ・甘夏	牛乳 鶏肉 卵 イカ下足 もずく 菜膳みそ	米 麦 じゃがいも 小麦粉 でん粉 三温糖 油	人参 小松菜 しめじ えのき 玉葱 こんにやく 甘夏
28/火	パン	○	・肉団子スー・洋風卵焼き ・ポトトサラダ ・日向夏	牛乳 チーズ 生クリーム 肉団子	米 麦 じゃがいも 春雨 三温糖 油 きゅうり みかん	人参 小松菜 大根 トマト コーン 日向夏
30/木	二飯	○	・麦ご飯 ・菜膳みそ汁 ・イカ下足から揚げ ・甘夏	牛乳 鶏肉 卵 イカ下足 もずく 菜膳みそ	米 麦 じゃがいも 小麦粉 でん粉 三温糖 油	人参 小松菜 しめじ えのき 玉葱 こんにやく 甘夏

学校給食の7つの目標

給食は、伸びざかりの子供達の心と体の健康を守り、正しい理解と判断力を養うため、教育の一環として行われています。
○学校給食の目標とは 【資料：「学校給食法」】

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生活について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことの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、明るい社会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、生命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びと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. わ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。



1日の元気は朝ご飯から...

朝ごはんを食べていって...

朝食は家族そろって食べよう！

※材料、その他の都合で献立を変更する事もあります。