



4月給食だより



欠食校がある時は
学校名を表示

料理とはいざんの
参考にしてください

給食時間に
学習する内容

8(月)

ばいにくあえ

ばりばりゴーヤー

えのきの
みそ汁

もずくどん

(ごやめり)

国頭村立学校給食センター

TEL: 0980-41-2088

FAX: 0980-41-5015

※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。

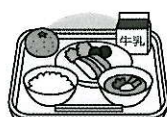
※ 予定献立表(アレルギー
表)も合わせてご覧ください。

学校給食は「食」を学ぶ時間です!



ご入学・ご進級おめでとうございます。皆さんの学校生活がより充実したものとなるように、日々の給食を通して応援していきたいと思ひます。1年間、よろしくお願い致します。

学校給食は「学校給食法」に基づき実施される教育活動です。栄養バランスのとれた食事を提供することで、成長期にある子どもたちの健全な発達を支えることはもちろん、健康によい食事や食文化、地場産物、食事のマナーなど、さまざまなことを学ぶための時間です。



学校給食 の目標の ポイント

※「学校給食法」
第二条より
抜粋・要約

1 適切な栄養の摂取 による健康の保持増進。



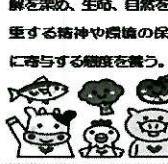
2 食事について正しい 理解を深め、健全な食生 活を育む判断力や強まし い食習慣を養う。



3 明るい社会性と協 同の精神を養う。



4 自然の恵恵への理 解を深め、生命、自然を尊 重する精神や環境の保全 に寄与する態度を養う。



5 食生活が多くの人の 労働に支えられているこ とを理解し、感謝する。



6 伝統的な食文化を 理解する。



7 食料の生産、流通 及び消費について、正 しく理解する。



こ
ん
だ
て

7(月)

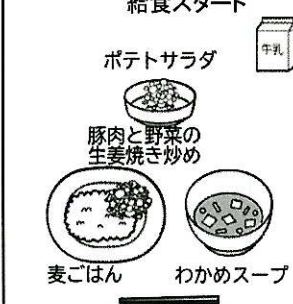


【 おめでとう 】

8(火) 2年生〜給食スタート



9(水) 奥・安波・安田1年生
給食スタート



【 給食時間の過ごし方 】

10(木) 辺小・奥間・国中1年生
給食スタート



【 3月ウマチー 】

11(金)



【 きれいに手を洗おう 】

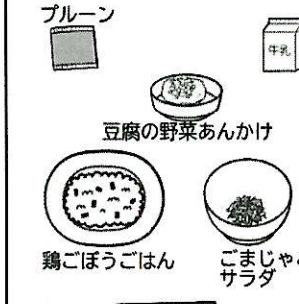
こ
ん
だ
て

14(月)



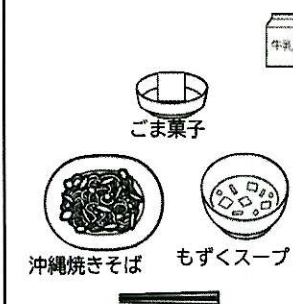
【 食という字 】

15(火)



【 牛乳 】

16(水)



【 もずく 】

17(木)



【 クイナの日 】

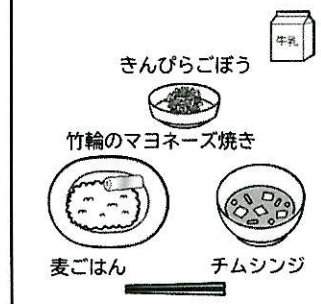
18(金) 奥・安波・安田 欠食



【 レンズ豆 】

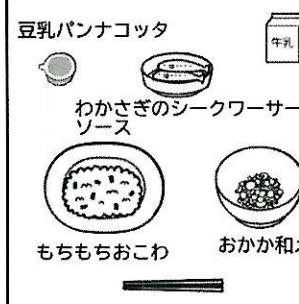
こ
ん
だ
て

21(月) 奥間小 欠食



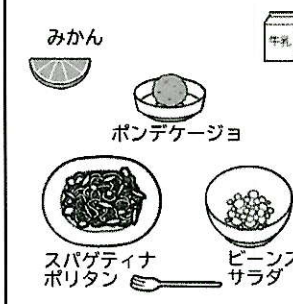
【 朝ごはん 】

22(火)



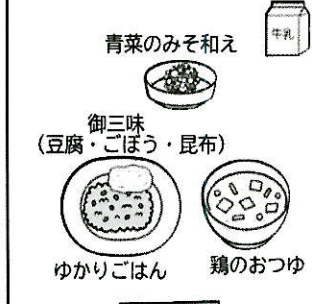
【 給食時間のお約束 】

23(水)



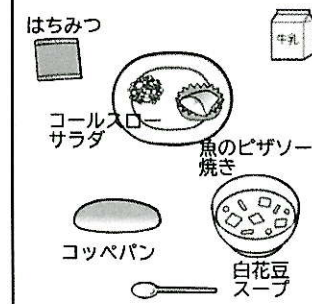
【 五感で食べよう 】

24(木)



【 清明祭 】

25(金) 奥間小 欠食



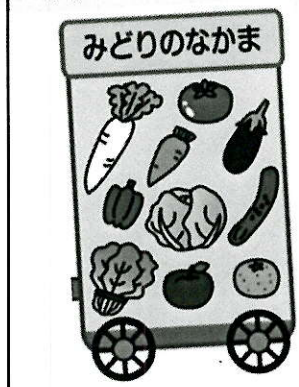
【 生活リズム 】

こ
ん
だ
て

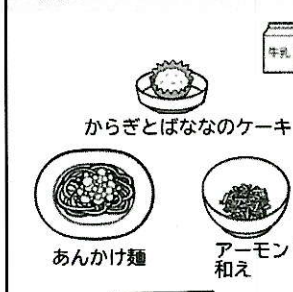
28(月)



29(火)



30(水)



【 食事のマナー 】



給食では旬の食材を取り入れています、
骨のある魚、皮付きの果物など、食
べるのにひと手間かかるものは面倒だからと敬遠されがち
です。食べ方がわからない場合もありますので、ご家庭で
も食べ方を教えていただければと思います。また、給食で
初めて食べる食品でアレルギー症状が出る場合があります。
献立表を確認いただき、食べたことのない食品の場合は、
ご家庭で事前に試していただくとう安心です。



令和7年4月

詳細献立表(アレルギー)

国頭村給食センター

0980-41-2088

天候・材料などの都合により、献立を変更することがあります。

日	こ ん だ て	(あか) おもに体をつくる もとになる食品	(きいろ) おもにエネルギーの もとになる食品	(みどり) おもに体の調子を 整えるもとになる食品	調味料
8 (火)		黒米入りごはん	米・麦、黒米	しいたけ、こんにゃく	ポークブイヨン、かつお節
		イナムドゥチ	ごま	だいこん、切干大根、にんじん、こんにゃく、インゲン	しょうゆ、みりん、酒、ポークブイヨン
		デークニイリチー	こめサラダ油		
		あさりの佃煮	三温糖	しいたけ、きくらげ、しょうが	酒、しょうゆ、みりん
9 (水)		お祝いデザート桜のジュレ	お祝いデザート(28品目無)		
		麦ごはん	米、麦		
		わかめスープ	ごま油	えのきたけ、たけのこ、長ねぎ	こしょう、しょうゆ、酒、みりん、ガラチキン、ガラポーク、冷凍チキンブイヨン
		豚肉と野菜の生姜焼き炒め	三温糖、こめサラダ油、でん粉	たまねぎ、ぶなしめじ、しょうが	しょうゆ、みりん、酒
10 (木)		ポテトサラダ	じゃがいも、三温糖、ノンエッグマヨネーズ	きゅうり、にんじん	特濃酢、マスタード、こしょう
		フーチーバー・ジュシー	米、麦、ラード(豚肉)	ごぼう、にんじん、しいたけ、フーチーバー	しょうゆ、かつお節、ガラポーク
		大根のみそ汁	糸寒天、みそ	だいこん、ほうれん草、しいたけ	かつお節
11 (金)		魚天ぷら	小麦粉、油		こしょう
		もずく和え	三温糖	きゅうり、シークワサー	かつおだし、酢、しょうゆ
		黒糖パン	黒糖パン(小麦・乳・大豆)		
14 (月)		コンソメスープ		たまねぎ、キャベツ、にんじん、パセリ	こしょう、白ワイン、しょうゆ、ガラチキン、冷凍チキンブイヨン
		チキンのハーブ焼き	鶏肉	にんにく、パセリ、バジル	こしょう、酒
		ブロッコリーソテー	こめサラダ油	ブロッコリー、にんじん、こんにゃく、ぶなしめじ、にんにく	しょうゆ、こしょう
15 (火)		麦ごはん	米、麦		
		肉じゃが	じゃがいも、三温糖、こめサラダ油	にんじん、たまねぎ、インゲン、こんにゃく、にんにく、しょうが	しょうゆ、みりん、酒、かつお節
		さばの甘露焼き	黒糖	しょうが	しょうゆ、みりん、酒
		大根のごま和え	ごま、三温糖、ごま油	だいこん、にんじん、きゅうり	しょうゆ、みりん
16 (水)					
		鶏ごぼうごはん	米、麦、こめサラダ油	ごぼう、にんじん、あおめ	かつお節、しょうゆ、酒、みりん
		ごまじゃこサラダ	ゴマ、ごま油、三温糖	キャベツ、にんじん、きゅうり	特濃酢、しょうゆ
		豆腐の野菜あんかけ	三温糖、でん粉	たまねぎ、赤ピーマン、ピーマン	しょうゆ、特濃酢、酒
17 (木)		ブルーン		ブルーン	
		沖縄焼きそば	豚肉、ちきあぎ	にんじん、キャベツ、小松菜、たまねぎ、きくらげ、にんにく	しょうゆ、こしょう、冷凍チキンブイヨン
		もずくスープ	もずく、オーシャンキング(28品目無)	とうがらし、えのきたけ、にんじん、しいたけ、豆苗、しょうが	しょうゆ、酒、冷凍チキンブイヨン、かつお節
		ごま菓子	ゴマ、アーモンド、コーンフレーク、マシュマロ(豚肉・ゼラチン)、バター	レーズン	
18 (金)					
		麦ごはん	米、麦		
		牛肉カレー	じゃがいも、こめサラダ油	たまねぎ、にんじん、青パパイア、かぼちゃ、ほうれん草、トマト、しょうが、にんにく、リンゴ	マドラスカレー(小麦・りんご)、デミグラスソース、カレールウ(小麦・牛肉・鶏肉・大豆)、ウスターソース、ガラポーク
		オムレツ	こめサラダ油、麩	トマト、たまねぎ	こしょう
21 (月)		フルーツ和え		りんご、黄桃缶、みかん缶、パイン缶、シークワサー	
22 (火)					
		きなこ揚げパン	きな粉、スキムミルク	コッペパン(小麦・乳・大豆)、油、三温糖、黒糖、アーモンド	
		レンズ豆スープ	白いんげん豆、鶏肉、レンズ豆、牛乳、生クリーム	じゃがいも、小麦粉、バター	たまねぎ、にんじん、パセリ
		パパイアソテー	豚肉、ツナ缶	こめサラダ油	青パパイア、にんじん、からしな、コーン、にんにく
23 (水)		バナナ		バナナ	
24 (木)					
		麦ごはん	米、麦		
		チムシنج	じゃがいも	にんじん、葉ねぎ、しょうが、にんにく	酒、みりん、かつお節
		竹輪のマヨネーズ焼き	ノンエッグマヨネーズ	パセリ	
25 (金)		きんぴらごぼう	三温糖、ゴマ、ごま油、こめサラダ油	ごぼう、にんじん、ピーマン、こんにゃく	しょうゆ、みりん、酒、七味唐辛子(ごま)
30 (水)					
		もちもちおこわ	米、もち米、さつまいも、三温糖、こめサラダ油	にんじん、あお豆、しいたけ、ぶなしめじ、しょうが、まいたけ	かつお節、しょうゆ、みりん、酒
		わかさぎのシークワサーソース	小麦粉、でん粉、油、三温糖	シークワサー、しょうが	酢、みりん、しょうゆ
		おかか和え	三温糖	キャベツ、こまつな、にんじん	しょうゆ、特濃酢
26 (火)		豆乳バナナコッタ	豆乳バナナコッタ(大豆・りんご)		
27 (水)					
		スパゲティナポリタン	豚肉、ウィンナー	スパゲティ、三温糖、こめサラダ油	たまねぎ、ピーマン、にんじん、ぶなしめじ、にんにく、トマト
		ビーンズサラダ	ミックスビーンズ(28品目無)、とりこ		あお豆、きゅうり、カリフラワー、赤ピーマン、コーン
		ボンデケージョ	チーズ	じゃがいも、タピオカ	イタリアンドレッシング(28品目無)
28 (木)		みかん		みかん(ひゅうがなつ)	
29 (金)					
		ゆかりごはん	米、麦		ゆかり
		鶏のおつゆ	鶏肉、かまぼこ、昆布	だいこん、にんじん、チンゲンサイ	しょうゆ、酒、みりん、かつお節
		御三味	島豆腐、昆布	ごぼう	しょうゆ、みりん、かつおだし
30 (水)		青菜のみそ和え	だいた、みそ	こまつな、キャベツ、にんじん	みりん、特濃酢
31 (火)					
		コッペパン	コッペパン(小麦・乳・大豆)		
		白花豆スープ	白いんげん豆、鶏肉、牛乳、生クリーム	じゃがいも、小麦粉、バター	たまねぎ、にんじん、あお豆、パセリ
		魚のピザソース焼き	ばし、しょうが、じき、チーズ		たまねぎ、ピーマン、コーン
32 (水)		コールスローサラダ	とり肉	三温糖、アーモンド	キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン、シークワサー
33 (木)					
		はちみつ	はちみつ		
		あんかけ麺	豚肉、いか	麺(小麦・大豆)、ごま油、こめサラダ油、でん粉	にんじん、しいたけ、パクチョイ、はくさい、しょうが、にんにく
34 (金)					
		アーモンド和え	オーシャンキング(28品目無)	ごま油、アーモンド	キャベツ、切干大根、こまつな、ぶなしめじ、にんじん、シークワサー
		からぎとばななのケーキ	卵、牛乳	小麦粉、三温糖、無塩バター、ケーキミックス(小麦・大豆)	バナナ
					ベーキングパウダー、カラギ

※調味料・調理加工品に関しては、アレルギー28品目(乳・卵・小麦・そば・ピーナッツ・えび・かに・あわび・いか・いくら・オレンジ・キウイフルーツ・牛肉・くるみ・さけ・さば・大豆・鶏肉・豚肉・まつたけ・もも・やまいも・りんご・ゼラチン・バナナ・ごま・カシューナッツ・アーモンド)を表示しています。使用頻度の多い調味料・加工食品等は以下に記載します。揚げ油(大豆)は、揚げ調理で複数回調理に使用しています。

①しょうゆ・うすくちしょうゆ(小麦・大豆)②酢・特濃酢(小麦)③デミグラスソース(小麦・鶏肉)④ノンエッグマヨネーズ(28品目無)⑤バター(乳)⑥豆腐・豆乳・厚揚げ・おかか・油揚げ(大豆)⑦ウスターソース(28品目無)⑧オースターソース(28品目無、かきエキス含む)⑨ガラチキン(卵・鶏肉)⑩ガラポーク(豚肉)⑪冷凍チキンブイヨン(鶏肉)⑫ポークブイヨン(豚肉・鶏肉)⑬ケチャップ(28品目無)⑭ツナ(大豆)⑮カステラかまぼこ(卵・大豆)⑯ちきあぎ・かまぼこ・ちくわ(大豆)⑰ベーコン(乳・卵・豚肉・大豆)⑱ウィンナー(乳・鶏肉・豚肉・大豆)⑲ハム(乳・鶏肉・豚肉・大豆)※もずく・あおさ等の海藻類やしらす・あさり等にかかえび、かにの稚魚の混入があります。