

4月の予定献立表

TEL: 098-987-2452
FAX: 098-987-2452

学校給食の栄養基準量		C=エネルギー	P=タンパク質	F=脂質
		小学校	650	21.1~32.5
中学校	830	27.0~41.5	18.4~27.7	

食品群	体内ではたらし
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	体の調子をととのえる

※食物アレルギーのある児童・生徒は、給食を食べる前に家庭・学級においても毎日確認してください。

給食の予定	8日	9日	15日、22日	14(月)	15(火)	16(水)	17(木)	18(金)
こんだて	◆8日 阿小・渡小1年欠食 渡嘉敷中1年欠食	◆9日 阿小1年欠食	◆15日、22日	ぎゅうにゅう げんまいりごはん にくじゃが はるさめのすのもの もずくのみそしる ミニフィッシュ	ぎゅうにゅう たけのごはん さかなてんぷら いんげんのしらあえ じゃがいものみそしる	ぎゅうにゅう ピタパン ポークビーンズ ごぼうサラダ コーンとたまごのとろみスープ ネーブルオレンジ	ぎゅうにゅう もちきびごはん スルルーのあまから せんぎりイリチー そうめんじる ニューサマーオレンジ	ぎゅうにゅう アーサぞうすい フータシヤー ちきあぎ バナナ
あか	◆8日	◆9日	◆15日、22日	牛乳、豚肉、ハム(卵抜)、もずく、豆腐(大豆)、油揚げ(大豆)、小麦粉(小麦)、かたくちいわし	牛乳、鶏肉、油揚げ(大豆)、まぐろ、全卵、豆腐(大豆)、白みそ(大豆)	牛乳、豚肉、ハム(卵抜)、全卵	牛乳、きひなご、昆布、カステラかまぼこ(卵抜)、豚肉	牛乳、アーサ、全卵、鶏肉、小麦粉(大豆)、豚肉、すけとうだらすりみ(卵抜)、もずく
き	◆8日	◆9日	◆15日、22日	米、玄米、ごま、じゃがいも、こめ油、はるさめ、ごま油、さとう、上白糖、でん粉	米、さとう、こめ油、小麦粉(小麦)、大豆油(大豆)、ごま、じゃがいも	(その他) ショートニング 業務用 製菓、大豆油、上白糖、小麦粉、じゃがいも、さとう、こめ油、ごま、でん粉	米、もちきび、小麦粉(小麦)、でん粉、大豆油(大豆)、さとう、水、あめ、ごま、こめ油、そうめん(小麦)	米、麦、胚(小麦)、こめ油、でん粉、大豆油(大豆)
みどり	◆8日	◆9日	◆15日、22日	干切大根、小松菜、にんじん、しいたけ、こんにやく、シークワサー	にんじん、たまねぎ、にんにく、ブルーネ、キャベツ、小松菜、りんご	にんじん、たまねぎ、ピーマン、にんにく、ごぼう、きゅうり、コーン、マッシュルーム、パセリ、オレンジ	干切大根、こんにやく、しいたけ、こねぎしょうが、ニューサマーオレンジ	えのきたけ、こねぎしょうが、もやし、キャベツ、にんじん、たまねぎ、にら、ごぼう、木くらげ、あお豆(大豆)、バナナ
小学校	C 660 P 26.7 F 23.6	C 600 P 21.9 F 16.7	C 613 P 23.4 F 21.3	C 660 P 26.7 F 23.6	C 600 P 21.9 F 16.7	C 600 P 21 F 16.1	C 600 P 21 F 16.1	C 561 P 30.6 F 22.8
中学校	C 855 P 32.8 F 27.3	C 773 P 26.3 F 18.8	C 793 P 28 F 24.1	C 855 P 32.8 F 27.3	C 773 P 26.3 F 18.8	C 841 P 33.3 F 29.6	C 773 P 25.5 F 18.1	C 708 P 37 F 26
こんだて	◆21(月) ぎゅうにゅう もずくどん ゴーヤーのあげに (旧阿小56年ペロリクエスト)	◆22(火) ぎゅうにゅう コッペパン しまざかなのカラフルやき ビーンズサラダ くらむちやうだあ~ (中1ペロリクエスト)	◆23(水) ぎゅうにゅう むぎごはん あげどうふのひきにくづめ しらすときゅうりのすのもの とんじる	◆24(木) ぎゅうにゅう わかめごはん ちくぜんに キャベツのあまずあえ あさりのみそしる しらたまフルーツ	◆25(金) ぎゅうにゅう ピラフ しまざかなのカレームニエル かいそうサラダ かぼちゃのポタージュ			
あか	牛乳、もずく、豚肉	牛乳、しいら、チーズ(乳)、ひよこ豆、青えんどう豆、赤いんげん豆、無塩せきベーコン(卵抜)、しらす干し、鶏肉、あさり、脱脂粉乳、白花生、白いんげん豆	牛乳、豆腐(大豆)、豚肉、豚レバー、全卵、わかめ、しらす干し、油揚げ(大豆)、小麦粉(小麦)	牛乳、わかめ、鶏肉、あさり、絹ごし豆腐(大豆)、小麦粉(小麦)	牛乳、鶏肉、ハム(卵抜)、しいら、青とさかのり、赤とさかのり、粉寒天、わかめ、脱脂粉乳			
き	米、玄米、さとう、でん粉、ごま油、こめ油、大豆油(大豆)、ごま	コッペパン(小麦)※乳抜き、こめ油、じゃがいも、小麦粉(小麦)、バター(乳)	米、玄米、大豆油(大豆)、さとう、ごま、里芋、こめ油	米、上白糖、ごま、里芋、さとう、こめ油、ごま油、白五回子	米、こめ油、小麦粉(小麦)、バター(乳)、こんにやく、さとう、でん粉			
みどり	にんじん、たまねぎ、小松菜、にんにく、ゴーヤー、えのきたけ、カイワレ	たまねぎ、赤ピーマン、黄ピーマン、ピーマン、ブロッコリー、カリフラワー、キャベツ、パセリ、コーン、にんじん、マッシュルーム	こねぎ、きゅうり、もやし、だいごん、ごぼう、にんじん、こんにやく	しいたけ、にんじん、れんこん、ごぼう、こんにやく、しょうが、絹さや、キャベツ、きゅうり、長ねぎ、みか、りん、パイナップル、黄桃、りんご	たまねぎ、にんじん、グリーンピース、コーン、パセリ、キャベツ、きゅうり、ブロッコリー、しそ、かぼちゃ			
小学校	C 562 P 19.9 F 18.8	C 618 P 37.3 F 22.2	C 674 P 29.1 F 29.4	C 611 P 24.4 F 13.3	C 583 P 28.6 F 19			
中学校	C 724 P 24.1 F 21.2	C 677 P 42.6 F 24.8	C 858 P 34.8 F 34	C 796 P 29.2 F 14.5	C 748 P 34.6 F 21.8			
こんだて	◆28(月) ぎゅうにゅう スパゲティミートソース おからサラダ りんご	◆29(火) 昭和日本	◆30(水) ぎゅうにゅう むぎごはん チーズいりハンバーグ パイヤサラダ わかめのみそしる ネーブルオレンジ	<p>新学期が始まります</p> 				
あか	牛乳、豚肉、鶏レバー(鶏肉)、おから、ハム(卵抜)、とりさきみ、寒天		牛乳、豚肉、全卵、豆腐(大豆)、脱脂粉乳、チーズ(乳)、ツナ、わかめ、小麦粉(小麦)					
き	こめ油、上白糖、さとう、大豆油		米、玄米、こめ油、小麦粉(小麦、大豆)、さとう					
みどり	たまねぎ、にんじん、ピーマン、マッシュルーム、にんにく、トマト、きゅうり、だいごん、りんご		たまねぎ、にんにく、りんご、トマト、パイヤ、きゅうり、にんじん、コーン、長ねぎ、オレンジ					
小学校	C 690 P 25.7 F 30		C 641 P 28 F 23.1					
中学校	C 836 P 30.6 F 34.8		C 819 P 33.4 F 26.7					