

学校別内訳			
上田小	827	豊見城中	870
長瀬小	571	長瀬中	616
豊安小	537	伊良波中	878
豊見城小	668	とよむ教室	9
伊良波小	663	給食センター	50
とよみ小	719	合計	8078
豊崎小	904	令和2年度3月現在の人頭数です	
ゆたか小	706		

令和3年 豊見城市立学校給食センター (☎850-4585)

4月の予定献立表



材料と体内ではたらく

赤の食品	血や肉や骨をつくる。
黄の食品	働く力や体温となる。
緑の食品	からだの調子をとのえる。

学校給食の栄養基準			
小学校	650kcal	26.8g	18g
中学校	830kcal	34.3g	23.1g

4月 栄養指導目標

よの食べ方

正しい姿勢で、交互に食べる/よくかんで食べる/食事マナーを身につける

ご入学・ご進級おめでとうございます

春の暖かな陽気に包まれる中、新年度を迎えました。新入生の皆さんは、これから始まる学校生活に期待と不安でいっぱいのことと思います。今年度も引き続き、感染予防対策を取りながらの給食時間となりますが、皆さんが安心して給食を食べられるよう、衛生管理を徹底し、心を込めておいしい給食作りを努めていきます。1年間よろしく願い致します。



さちんと座つて食べていますか？

背中がまっすぐかな？

ひじをついていないかな？

足はそろえて床にしているかな？

茶わんと汁わんの持ち方

親指をわんのふちにかけ、ほかの指はそろえて底にあてます。

学校給食の役割

栄養バランスのとれた豊かな食事を提供することで、成長期にある子どもたちの健康の保持増進・体位の向上を図ります。

給食時間における準備から片付けの実践活動を通じ、望ましい食習慣と食に関する実践力を身に付けます。

給食に地場産物を活用したり、郷土食や行事食を提供したりすることを通じ、地域の文化や伝統に対する理解と関心を深めます。

給食費は納め忘れのない口座振替をおすすめします

★学校給食は皆さまの納める給食費からつくられます。毎月10日までに納めましょう★

給食時間における準備から片付けの実践活動を通じ、望ましい食習慣と食に関する実践力を身に付けます。



給食に地場産物を活用したり、郷土食や行事食を提供したりすることを通じ、地域の文化や伝統に対する理解と関心を深めます。

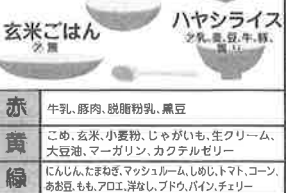


8(木) 始業式 牛乳

フルーツポンチ

玄米ごはん

ハヤシライス



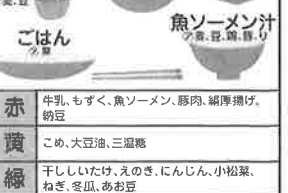
赤	牛乳、豚肉、脱脂粉乳、黒豆
黄	こめ、玄米、小麦粉、じゃがいも、生クリーム、大豆油、マーガリン、カクテルゼリー
緑	にんじん、たまねぎ、マッシュルーム、しめじ、トマト、コーン、あお豆、もも、アロエ、洋なし、ブドウ、パイン、チェリー

9(金) とうがんのそぼろ煮 牛乳

カップ納豆

ごはん

魚ソーメン汁



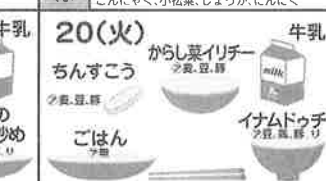
赤	牛乳、もずく、魚ソーメン、豚肉、絹揚げ、納豆
黄	こめ、大豆油、三温糖
緑	干しいたけ、えのき、にんじん、小松菜、ねぎ、冬瓜、あお豆

12(月) おいっぴいクレージュ 牛乳

パパイアサラダ

ごはん

チキンカレー



赤	牛乳、鶏肉、大豆、脱脂粉乳、ツナ、豆乳
黄	こめ、じゃがいも、小麦粉、マーガリン、生クリーム、大豆油、三温糖、米粉
緑	たまねぎ、にんじん、しめじ、ブロッコリー、かぼちゃ、にんく、パパイア、きゅうり、タンカン、いちご、ブルーベリー

13(火) なめらかプリン 牛乳

やきにくとん

ごはん

じゃがいものみそ汁



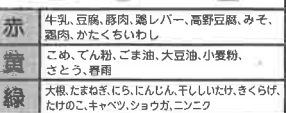
赤	牛乳、ボーク、みそ、牛肉、豆乳
黄	こめ、じゃがいも、大豆油、三温糖、てんぷん、みずあめ
緑	玉ねぎ、にんじん、チンゲン菜、ごぼう、ごんかく、小松菜、しょうが、にんく

14(水) サーターアングラー 牛乳

すみそあえ

ちらしずし

あさりのすまし汁



赤	牛乳、あさり、豆腐、油揚げ、ちくわ、わかめ、も、しらす、卵
黄	こめ、三温糖、こめ、小麦粉、大豆油
緑	大根、にんじん、えのき、長ねぎ、きゅうり、もやし、たけのこ、れんこん、もろひょう、干しいたけ、昆布、シークワーサー、しょうが

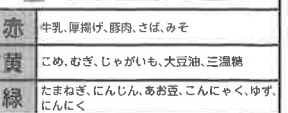
15(木) クーピリチー 牛乳

小: さつまいも、黒揚げ

中: さつまいも、天ぷら

もちぎごはん

ななみ汁



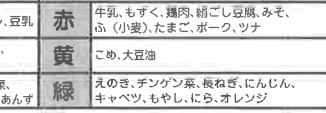
赤	牛乳、豚肉、ななみ、昆布、かまぼこ
黄	こめ、あわ、大豆油、三温糖、さつまいも、小麦粉
緑	干しいたけ、ごんかく、しょうが、にんじん、たけのこ

16(金) ミニトマト 牛乳

肉そぼろ

ごはん

アーサ汁



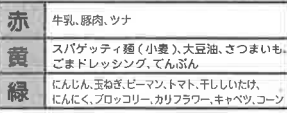
赤	牛乳、アーサ、かまぼこ、豆腐、豚肉、高野豆腐
黄	こめ、三温糖、大豆油
緑	大根、えのき、たまねぎ、にんじん、ごぼう、あお豆、しょうが、コーン、ミニトマト

19(月) ヨーグルト 牛乳

かぼちゃひき肉フライ

わかめごはん

ぶた肉のしらたき炒め



赤	牛乳、豚肉、厚揚げ、わかめ、ヨーグルト
黄	こめ、大豆油、三温糖、小麦粉、てんぷん
緑	たまねぎ、にんじん、白菜、パセリ、ごんかく、にんく、にんく、かぼちゃ

20(火) ちんすこう 牛乳

からし菜イリチー

ごはん

イナムドッチ



赤	牛乳、かまぼこ、豚肉、みそ、ベーコン、ツナ、厚揚げ
黄	こめ、大豆油、小麦粉、さとう、ラード、チョコチップ
緑	干しいたけ、ごんかく、からし、小松菜、玉ねぎ、にんじん、もやし、にんく

21(水) アスパラときのこのソテー 牛乳

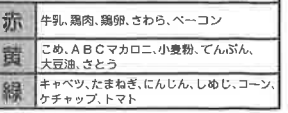
黒糖

ピーンズ

きなこ揚げパン

クリームシチュー

コッペパン



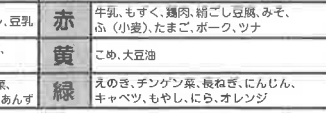
赤	牛乳、脱脂粉乳、鶏肉、チーズ、きなこ、豚肉、大豆
黄	小麦粉、さとう、ショートニング、じゃがいも、生クリーム、大豆油、三温糖、マーガリン、黒糖
緑	たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、マッシュルーム、アスパラ、たけのこ、しめじ、にんく、コーン

22(木) 春巻 牛乳

ゴマなしミニフィッシュ

ごはん

マーボーだいこん

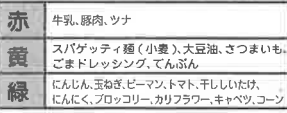


赤	牛乳、豆腐、豚肉、鶏レバー、高野豆腐、みそ、鶏肉、かたくち油
黄	こめ、てんぷん、ごま油、大豆油、小麦粉、さとう、春雨
緑	大根、たまねぎ、にんじん、干しいたけ、きくらげ、たけのこ、キャベツ、ショウガ、ニンニク

23(金) さばのゆずみそ煮 牛乳

ごはん

塩こうじ肉じゃが



赤	牛乳、厚揚げ、豚肉、さば、みそ
黄	こめ、おぎ、じゃがいも、大豆油、三温糖
緑	たまねぎ、にんじん、あお豆、ごんかく、ゆず、にんく

26(月) フルーツ杏仁 牛乳

フルーツ杏仁

ごはん

きくらげの中薬スープ



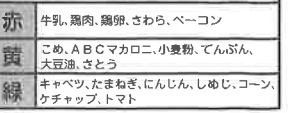
赤	牛乳、あかうち、絹揚げ、みートボール、豆乳
黄	こめ、大豆油、ごま油、てんぷん、三温糖、みずあめ
緑	きくらげ、えのき、たまねぎ、にんじん、小松菜、長ねぎ、ピーマン、たけのこ、しょうが、もも、あんず

27(火) フーイリチー 牛乳

オレンジ

ごはん

もずくのみそ汁



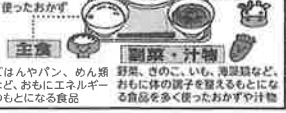
赤	牛乳、もずく、鶏肉、絹ごし豆腐、みそ、ご(小麦)、たまご、ボーク、ツナ
黄	こめ、大豆油
緑	えのき、チンゲン菜、長ねぎ、にんじん、キャベツ、もやし、にん、オレンジ

28(水) スイートポテト 牛乳

プロッコリーサラダ

スパゲッティー類

みートソース



赤	牛乳、豚肉、ツナ
黄	スパゲッティー類(小麦)、大豆油、さつまいも、ごまドレッシング、てんぷん
緑	にんじん、玉ねぎ、ピーマン、トマト、干しいたけ、にんく、ブロッコリー、カリフラワー、キャベツ、コーン

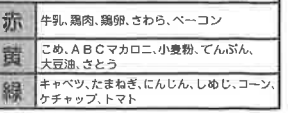
29(木) みどりの日 牛乳

給食は、栄養バランスの良い食事のお手本です!

主食

副菜

汁物



赤	牛乳、豚肉、鶏卵、さわか、ベーコン
黄	こめ、ABCマカロニ、小麦粉、てんぷん、大豆油、さとう
緑	キャベツ、たまねぎ、にんじん、しめじ、コーン、ケチャップ、トマト

★学校給食は皆さまの納める給食費からつくられます。毎月10日までに納めましょう★

☆材料、天候、その他の都合により献立変更する場合があります。

