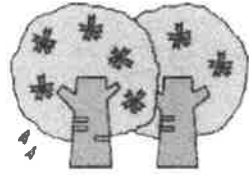


平成29年度
(新1年生用)

給食だより

沖縄市立学校給食センター
第2調理場



ご入学おめでとうございます



新しく希望に燃える4月、楽しい給食も始まります。
学校給食は栄養のバランスのとれた食事を通して子どもたちの健康を守り、体位を向上させると共に、心も体も健全に発達させるための大切な食育の場となっています。
「食」は「人を良くする」と書きます。「食育」とは、「人が良くなるよう育てる」と解釈できます。調理場でも、ご家庭でもバランスのとれた食事を心がけて、子どもたちを元気のある健康な身体に育てていきたいと思っております。

●学校給食には次のような目標があります

(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事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、望ましい食習慣を養うこと
- ③学校生活を豊かにし、明るい社交性及び共同の精神を養うこと
- ④食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについて理解を深め、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々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我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ふかめること
- ⑦食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと



学校給食の内容

主食

ごはん
パン
麺

牛乳

MILK

牛乳は毎日です。
県産生乳100%です。

おかず

食品構成に基づき、季節の食品を取り入れ、多くの食品を組み合わせて献立を作ります。

●補食給食は、給食の事前指導として(手洗い・給食の準備・良い食べ方)を行います。

新1年生は

- 4月11日(火)
- 4月12日(水)～4月18日(火)
- 4月19日(水)～

祝 紅かるかん
補食給食
完全給食が始まります。

11日(火)

祝
紅かるかん

12日(水)

- 牛乳
- テーブルロール
- オムレツのトマトソースかけ

13日(木)

- 牛乳
- 麦ごはん
- 魚の花園やき

14日(金)

- 牛乳
- 麦ごはん
- 青じそぎょうざ
- くだもの

17日(月)

- 牛乳
- 連結パン
- チキンのマーマレード焼き

18日(火)

- 牛乳
- ごはん
- 焼きししゃも
- くだもの

19日(水)	20日(木)	21日(金)	24日(月)	25日(火)
<ul style="list-style-type: none"> ★牛乳 ★麦ごはん ★チキンカレー ★白菜のゆかり漬け ★ゆで卵 	<ul style="list-style-type: none"> ★牛乳 ★麦ごはん ★煮つけ ★たくあん和え ★魚の西京焼き 	<p>美原小欠食</p> <ul style="list-style-type: none"> ★牛乳 ★しょうゆラーメン(中華めん、しょうゆスープ) ★牛肉と野菜の炒め ★大学いも 	<ul style="list-style-type: none"> ★牛乳 ★あわごはん ★豆腐とえびの旨煮 ★棒棒鶏サラダ ★多菜包子 	<ul style="list-style-type: none"> ★牛乳 ★麦ごはん ★だんご汁 ★ゆず和え ★さつま揚げ
26日(水)	27日(木)	28日(金)		
<ul style="list-style-type: none"> ★牛乳 ★麦ごはん ★厚揚げと糸こんにゃくの炒め ★きびなごのから揚げ ★アーサ入り油みそ 	<ul style="list-style-type: none"> ★牛乳 ★コッペパン ★オートミールポタージュ ★野菜スクランブル ★くだもの 	<p>北美小・越來小欠食</p> <ul style="list-style-type: none"> ★牛乳 ★硬ジューシ ★からし菜のあえもの ★魚の塩焼き 		

◎保護者へのお願い

- ・毎月、献立表を発行します。献立表に毎日目を通すようにして下さい。
- ・朝食は必ず食べさせてから登校させましょう。朝食を食べてないと午前中の授業に集中できません。学校生活を元気に過ごすために、まず、主食(ごはん・パン・めん・いもなど)をベースにバランス良く朝食を食べさせて登校させるようにお願いします。

平成29年度 対象:小学校1年生用 4月学校給食予定献立(アレルギー詳細)献立表

沖縄市立学校給食センター
第二調理場
☎098-937-2700

1. 予定(アレルギー詳細)献立表は、食品衛生法に定められている27品目を表示しています。

特定原材料(表示義務)7品目	特定原材料に準ずる(表示の推奨)20品目
卵 乳 小麦 そば 落花生 えび かに	あわび いか いくら さけ さば 牛肉 鶏肉 豚肉 ゼラチン 大豆 ごま くるみ カシューナッツ オレンジ キウイフルーツ パナナ もも りんご まつたけ やまいも

2. 献立名の黒丸印(●)は、食物アレルギー除去食対応児童生徒へ除去食の提供があります。カッコ内の食品は対応アレルゲンを表示しています。

※沖縄市立学校給食センターで除去食の対応アレルゲンは下記の6品目です。除去食の提供はこのアレルゲン6品目を含む副菜(和えもの・サラダ類など)です。

除去食対応アレルゲン6品目	卵 乳(乳製品) えび かに いか たこ ※しらす・ちりめん・カエリは『えび・かに』として除去対象です。
---------------	--

3. 加工食品に関しては、原材料や調味料ではなく、アレルゲンのみ表示している場合もあります。

4. しょうゆは(小麦・大豆)、酢、特濃酢は(小麦)の成分を含んでいます。月はじめて使用した日のみ、アレルゲンを表示しています。その日以降は表示していませんが、アレルゲンは同じです。

5. 海藻類(あおさ、もずく、ひじき)、しらすやチリメン、カエリなどは、えび・かにが混ざる漁法で採取されていることから、「えび・かに」が混入することがあります。

6. あさりには「かに」が共生しています。

7. 天候やその他の都合により、献立の変更や食材を変更することがあります。

曜日	献立名	赤の食品 (血や肉、骨を作る)	黄の食品 (熱や力になる)	緑の食品 (体の調子を整える)	調味料
11日 (火) ★入学式	 <p>ご入学おめでとうございます。 今までと環境が変わり、期待ややる気に満ちている反面、知らず知らずのうちにストレスや疲れをためやすい時期です。元気に学校生活を送れるように、1日3回の食事と、睡眠をきちんとする習慣をつけましょう。学校給食では、安全や衛生に配慮し、栄養バランスのとれた食事を提供することで、成長期の心と体の発達を支えていきたいと思ひます。 1年間よろしくお願ひいたします。</p>				
	紅かるかん	卵白 あずき	山いも グラニュー糖 米粉		
12日 (水) ★補食給食開始	牛乳	牛乳			
	テーブルロール	脱脂粉乳	中力粉(小麦) さとう ショートニング(だいいず) バター(乳)		イースト 塩
	オムレツの トマトソースがけ	卵	でんぷん 植物油(だいいず 小麦) だいいず油 三温糖	玉ねぎ ピクルス マッシュルーム	塩 ケチャップ デミグラスソース(小麦、乳、牛肉、鶏肉、ぶた肉、だいいず) ウスターソース(だいいず、りんご)
13日 (木) ★補食給食	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米 麦		
	魚の花園焼き	ホキ チーズ(乳)	マヨネーズ (卵、だいいず、りんご)	ピーマン 黄ピーマン 赤ピーマン	塩 こしょう 酒
14日 (金) ★補食給食	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米 麦		
	あおさ しょうゆ 青じそ餃子	ぶた肉 とり肉 だいいずたんぱく	ごま油 小麦粉 パン粉(小麦 乳 だいいず) 植物油	きゃべつ 青じそ なら 長ねぎ しょうが にんにく	しょうゆ(小麦、だいいず) オイスターソース 塩
	くだもの			くだもの	

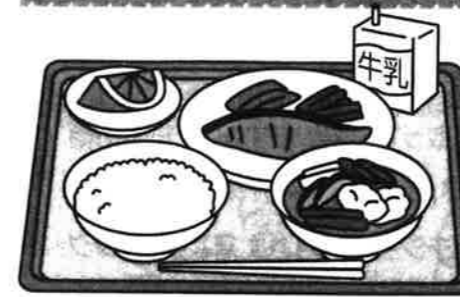
17日 (月) ★補食給食	牛乳	牛乳			
	連結パン	脱脂粉乳	中力粉(小麦) さとう ショートニング(だいいず) バター(乳)		イースト 塩
	チキンの マーメレード焼き	とり肉	マーメレード		薄口しょうゆ(小麦、だいいず) 酒 みりん
18日 (火) ★補食給食	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	焼きししゃも	ししゃも			塩 こしょう 酒
	くだもの			くだもの	
19日 (水) ★完全給食開始	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米 麦		
	チキンカレー	とり肉 脱脂粉乳 だいいず	じゃがいも 薄力粉(小麦) だいいず油 マーガリン(乳、だいいず、ぶた肉)	セロリー にんじん 玉ねぎ ピーマン かぼちゃ にんにく りんご なす	ウスターソース(だいいず りんご) カレー粉 カレールウ(小麦、とり肉、牛肉、だいいず) 赤ワイン ケチャップ デミグラスソース(小麦、乳、牛肉、鶏肉、ぶた肉、だいいず) 塩 チャツネ(りんご) とりがら ぶた骨
	白菜のゆかり漬け	糸けずり節	さとう	きゅうり はくさい 赤しそ	特濃酢(小麦) 塩
	ゆで卵	卵			
20日 (木)	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米 麦		
	煮つけ	とり肉 厚あげ(だいいず) こんぶ チキアギ(だいいず)	三温糖 だいいず油	大根 にんじん しいたけ こんにやく いんげん	かつお節 しょうゆ みりん 酒 塩
	たくあん和え	糸けずり節	ごま 三温糖	はくさい きゅうり 木くらげ にんじん たくあん漬け(小麦)	酢(小麦) しょうゆ
	魚の西京焼き	鮭 甘口白みそ(だいいず)	三温糖		みりん 薄口しょうゆ
21日 (金) 美原小 欠食	牛乳	牛乳			
	《しょうゆラーメン》				
	中華めん		小麦粉 植物油(だいいず)		塩 かん水
	しょうゆスープ	なると(だいいず) わかめ	植物油 ごま油 白ごま	メンマ 長ねぎ コーン しょうが にんにく	しょうゆ 塩 唐辛子 ぶた骨 薄口しょうゆ とりがら かつお節 みりん
	牛肉と野菜の炒め	牛肉	だいいず油 マーガリン(乳、だいいず、ぶた肉)	にんじん 玉ねぎ グリーンアスパラ きゃべつ にんにく	塩 こしょう
	大学いも		さつまいも 水あめ 三温糖 でんぷん 黒ごま だいいず油	しょうゆ	

食器は大切に扱ひましょう！ 給食で使用される食器は、みんなで使う大切なものです。乱暴に扱うと、ヒビが入ったり欠けたりして、ケガをすることもあります。また、スプーンやフォークを折ったり曲げたりしないようにして下さい。片付ける時は、食べ物が食器に残らないように、きちんと重ねてカゴに戻すようにお願ひします。

24日 (月)	牛乳	牛乳			
	あわごはん		米 あわ		
	とうふとえびの旨煮	厚あげ(だいず) えび ぶた肉	でんぶん だいず油	しいたけ 木くらげ たけのこ にんじん いんげん 小松菜 生姜 にんにく	しょうゆ みりん 中華の素(だ いず、小麦、乳、牛肉、ぶた肉、 とり肉) オイスターソース(だい ず) かつお節 塩 酒
	ぼんぼん心 棒鶏サラダ	とりさき身 赤みそ(だいず)	三温糖 白ごま ごま油	きやべつ きゅうり にんじん 大根	しょうゆ 酢
25日 (火)	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米 麦		
	だんご汁	とり肉 なんと(だいず)	白玉団子	しいたけ 人参 大根 ほうれん草	だし昆布 かつお節 塩 薄口しょうゆ みりん
	ゆず和え	とりさき身	三温糖	白菜 大根 小松菜 にんじん ゆずの皮 シークワサー果汁	薄口しょうゆ 酢
26日 (水)	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米 麦		
	厚あげと 糸こんにやくの炒め	牛肉 厚あげ(だいず)	だいず油 でんぶん	にんじん 玉ねぎ 白菜 こまつな しいたけ こんにやく しょうが にんにく	しょうゆ みりん 酒 塩 かつお節
	きびなごのから揚げ	きびなご	だいず油 薄力粉(小麦) でんぶん		塩 こしょう ガーリックパウダー
27日 (木)	牛乳	牛乳			
	コッペパン	脱脂粉乳	中力粉(小麦) さとう ショートニング(だいず)		イースト 塩
	オートミール ポタージュ	ベーコン(ぶた肉、だい ず) 白花豆 牛乳 白い いんげん豆 生クリーム (乳)	オートミール だいず油	玉ねぎ にんじん セロリー パセリ	とりがら ぶた骨 塩 こしょう
	野菜スクランブル	卵 チーズ(乳) ハム (ぶた肉 だいず とり 肉)	だいず油	人参 玉ねぎ コーン 小松菜	塩 こしょう 酢
28日 (金) 北小 越来小 コザ小 欠食	牛乳	牛乳			
	硬ジュシー	ぶた肉 ひじき チキアギ(だいず) 油あげ(だいず)	米 だいず油	ごぼう にんじん たけのこ ねぎ しいたけ	しょうゆ 酒 塩 みりん かつお節
	からし菜のあえもの	ツナ	三温糖	からし菜 にんじん もやし シークワサー果汁	しょうゆ 酢 塩
	魚の塩焼き	さば			塩 こしょう 酒

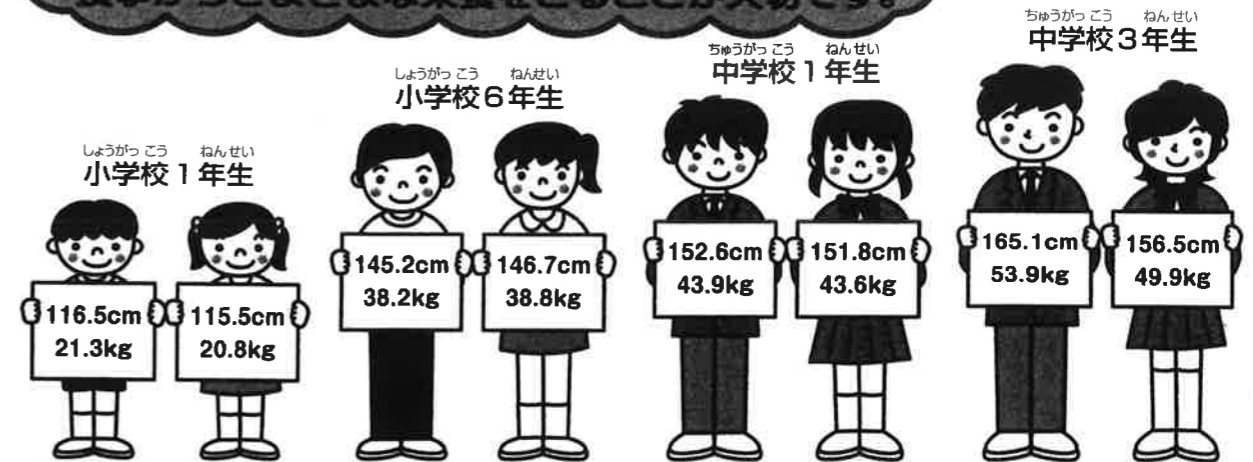
学校給食の役割

学校給食は「生きた教材」です。



学校給食は、学校で食べる“食事”ということだけでなく、栄養バランスのとれた豊かな食事で、成長期にある子どもたちの健康の増進、体位の向上を図ることはもちろん、将来にわたって健康な生活を送れるように、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身につけるための教材となるものです。

心身ともに大きく変化していく成長期。食事からさまざまな栄養をとることが大切です。



※数字は、上が身長・下が体重の平均値 (文部科学省「平成27年度学校保健統計調査」より)

学校給食を通して学ぶこと

<p>1 楽しく会食すること</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 食事のマナー ● 会食を通して人間関係を深める 	<p>2 健康によい食事のとり方</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 栄養バランスのよい食事 ● 日常の食事の大切さ
<p>3 食事と安全・衛生</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 安全で衛生的な食事の準備や後片付け ● 食中毒予防 ● 自分の健康 	<p>4 食事環境の整備</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 食事にふさわしい環境づくり ● 衛生的な盛り付け ● 環境や資源に配慮
<p>5 食事と文化</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 郷土食や行事食 ● 地域の食料の生産・流通・消費 	<p>6 勤労と感謝</p> <ul style="list-style-type: none"> ● みんなで協力して自主的に活動 ● 感謝の気持ち

平成29年度

対象：小学校2年生～
4月学校給食予定献立(アレルギー詳細)献立表

沖縄市立学校給食センター
第二調理場
☎098-937-2700

1. 予定(アレルギー詳細)献立表は、食品衛生法に定められている27品目を表示しています。

特定原材料(表示義務)7品目	特定原材料に準ずる(表示の推奨)20品目
卵 乳 小麦 そば 落花生 えび かに	あわび いか いくら さけ さば 牛肉 鶏肉 豚肉 ゼラチン 大豆 ごま くるみ カシューナッツ オレンジ キウイフルーツ パナナ もも りんご まつたけ やまいも

2. 献立名の黒丸印(●)は、食物アレルギー除去食対応児童生徒へ除去食の提供があります。カッコ内の食品は対応アレルゲンを表示しています。

※沖縄市立学校給食センターで除去食の対応アレルゲンは下記の6品目です。除去食の提供はこのアレルゲン6品目を含む副菜(和えもの・サラダ類など)です。

除去食対応アレルゲン6品目	卵 乳(乳製品) えび かに いか たこ ※しらす・ちりめん・カエリは『えび・かに』として除去対象です。
---------------	--

3. 加工食品に関しては、原材料や調味料ではなく、アレルゲンのみ表示している場合もあります。

4. しょうゆは(小麦・大豆)、酢、特濃酢は(小麦)の成分を含んでいます。月はじめて使用した日のみ、アレルゲンを表示しています。その日以降は表示していませんが、アレルゲンは同じです。

5. 海藻類(あおさ、もずく、ひじき)、しらすやチリメン、カエリなどは、えび・かにが混ざる漁法で採取されていることから、「えび・かに」が混入することがあります。

6. あさりには「かに」が共生しています。

7. 天候やその他の都合により、献立の変更や食材を変更することがあります。



曜日	献立名	赤の食品 (血や肉、骨を作る)	黄の食品 (熱や力になる)	緑の食品 (体の調子を整える)	調味料
11日 (火)	牛乳	牛乳			
	赤飯	ささげ	米		塩
	イナムドゥチ	ぶたロース肉 甘口白みそ(だいたいず) カステラかまぼこ(卵 だいたいず)		こんにゃく しいたけ 大根 ねぎ	塩 かつお節 ぶた骨
	千切りイリチー	チキアギ(だいたいず) こんぶ ぶた肉 油あげ(だいたいず)	だいたいず油	切干し大根 にんじん こんにゃく	ぶた骨 酒 塩 みりん しょうゆ(小麦 だいたいず)
	紅いもごまだんご		紅いも もち粉 白ごま さとう 白玉粉 だいたいず油	ラード 塩	
12日 (水)	牛乳	牛乳			
	チキンピラフ	とり肉	米 マーガリン(乳、だいたいず、ぶた肉) だいたいず油	にんじん 玉ねぎ ピーマン 黄ピーマン	とりがら 白ワイン こしょう 塩
	きゃべつソテー	ベーコン(ぶた肉、だいたいず)	だいたいず油	きゃべつ こまつな コーン しめじ にんじん	塩 こしょう
	オムレツの トマトソースがけ	卵	でんぷん 植物油(だいたいず 小麦) だいたいず油 三温糖	玉ねぎ ピクルス マッシュルーム	塩 ケチャップ デミグラスソース(小麦、乳、牛肉、鶏肉、ぶた肉、だいたいず) ウスターソース(だいたいず、りんご)
13日 (木)	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米 麦		
	肉じゃが	ぶた肉	じゃがいも 三温糖 だいたいず油	人参 玉ねぎ こんにゃく しいたけ にはら 生姜	しょうゆ みりん 塩 酒 かつお節
	魚の花園焼き	ホキ チーズ(乳)	マヨネーズ (卵、だいたいず、りんご)	ピーマン 黄ピーマン 赤ピーマン	塩 こしょう 酒
	納豆	だいたいず	さとう		しょうゆ みりん 塩 酢(小麦) かつおエキス
	くだもの			くだもの	

14日 (金)	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米 麦		
	麻婆豆腐	とうふ(だいたいず) だいたいず 甜麺醤(小麦 だいたいず ごま) 赤みそ(だいたいず) ぶたひき肉	三温糖 ごま油 でんぷん だいたいず油	玉ねぎ にんじん たけのこ 長ねぎ にはら 木くらげ しいたけ しょうが にんにく	豆板醤 しょうゆ オイスターソース(だいたいず)
	山菜の中華和え	ハム(ぶた肉 だいたいず とり肉)	春雨 白ごま ごま油 三温糖	木くらげ 人参 わらび ぶき ぜんまい たけのこ えのき茸 きゅうり シークワサー	薄口しょうゆ(小麦 だいたいず) 塩
あお ぎょうぎ 青じそ餃子	ぶた肉 とり肉 だいたいずたんぱく	ごま油 小麦粉 パン粉(小麦 乳 だいたいず) 植物油	きゃべつ 青じそ にはら 長ねぎ しょうが にんにく	しょうゆ オイスターソース 塩	
17日 (月)	牛乳	牛乳			
	コッペパン	脱脂粉乳	中力粉(小麦) さとう ショートニング(だいたいず)		イースト 塩
	パンプキンスープ	あさり 脱脂粉乳 生クリーム(乳)	薄力粉(小麦) マーガリン (乳、だいたいず、ぶた肉) だいたいず油	かぼちゃ 玉ねぎ セロリー パセリ	塩 こしょう とりがら ぶた骨
	豆サラダ	ひよこ豆 レッドキドニー 白いんげん ハム(ぶた肉 だいたいず とり肉)	三温糖 ごま油 白ごま	きゃべつ にんじん きゅうり コーン	しょうゆ りんご酢 酢 塩
	チキンの マーマレード焼き	とり肉	マーマレード		薄口しょうゆ 酒 みりん
18日 (火)	牛乳	牛乳			
	キムチチャーハン	ぶた肉	米 マーガリン(乳、だいたいず、ぶた肉) だいたいず油 さとう	白菜 玉ねぎ にんじん りんご にんにく しょうが 赤ピーマン コーン	塩 しょうゆ こんぶエキス みりん かつおエキス(さば) 白ワイン ぶた骨 こしょう キムチの素(りんご いか だいたいず) 薄口しょうゆ
	中華炒め	とり肉	ごま油 でんぷん だいたいず油	チンゲン菜 にんじん 玉ねぎ しめじ 白菜 たけのこ にんにく しょうが	オイスターソース(だいたいず) しょうゆ 酒 みりん
	焼きししゃも	ししゃも			塩 こしょう 酒
	くだもの			くだもの	
19日 (水)	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米 麦		
	チキンカレー	とり肉 脱脂粉乳 だいたいず	じゃがいも 薄力粉(小麦) だいたいず油 マーガリン(乳、だいたいず、ぶた肉)	セロリー にんじん 玉ねぎ ピーマン かぼちゃ にんにく りんご なす	ウスターソース(だいたいず りんご) カレー粉 カレールウ(小麦、とり肉、牛肉、だいたいず) 赤ワイン ケチャップ デミグラスソース(小麦、乳、牛肉、鶏肉、ぶた肉、だいたいず) 塩 チャツネ(りんご) とりがら ぶた骨
	白菜のゆかり漬け	糸けずり節	さとう	きゅうり はくさい 赤しそ	特濃酢(小麦) 塩
	ゆで卵	卵			



ピカピカの新入生を迎えて、新しい1年が始まりました。今までと環境が変わり、期待ややる気に満ちている反面、知らず知らずのうちにストレスや疲れをためやすい時期です。元気に学校生活を送れるように、1日3回の食事と、睡眠をきちんとする習慣をつけましょう。学校給食では、安全や衛生に配慮し、栄養バランスのとれた食事を提供することで、成長期の心と体の発達を支えていきたいと思っております。1年間よろしくお願いたします。

20日 (木)	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米 麦		
	煮つけ	とり肉 厚あげ(だいず) こんぶ チキアギ(だいず)	三温糖 だいず油	大根 にんじん しいたけ こんにゃく いんげん	かつお節 しょうゆ みりん 酒 塩
	たくあん和え	糸けずり節	ごま 三温糖	はくさい きゅうり 木くらげ にんじん たくあん漬(小麦)	酢 しょうゆ
魚の西京焼き	鮭 甘口白みそ(だいず)	三温糖		みりん 薄口しょうゆ	
21日 (金) 美原小 欠食	牛乳	牛乳			
	《しょうゆラーメン》				
	・中華めん		小麦粉 植物油(だいず)		塩 かん水
	・しょうゆスープ	なると(だいず) わかめ	植物油 ごま油 白ごま	メンマ 長ねぎ コーン しょうが にんにく	しょうゆ 塩 唐辛子 ぶた骨 薄口しょうゆ とりがら かつお節 みりん
	牛肉と野菜の炒め	牛肉	だいず油 マーガリン (乳、だいず、ぶた肉)	にんじん 玉ねぎ グリーンアスパラ きゃべつ にんにく	塩 こしょう
大学いも		さつまいも 水あめ 三温糖 でんぶ 黒ごま だいず油		しょうゆ	
24日 (月)	牛乳	牛乳			
	あわごはん		米 あわ		
	とうふとえびの旨煮	厚あげ(だいず) えび ぶた肉	でんぶ だいず油	しいたけ 木くらげ たけのこ にんじん いんげん 小松菜 生姜 にんにく	しょうゆ みりん 中華の素(だいず、小麦、乳、牛肉、ぶた肉、 とり肉) オイスターソース(だいず) かつお節 塩 酒
	ぼんぼんじー 棒棒鶏サラダ	とりささ身 赤みそ(だいず)	三温糖 白ごま ごま油	きゃべつ きゅうり にんじん 大根	しょうゆ 酢
ターサイパオズ 多菜包子	ぶた肉 とり肉 ひじき	豚脂 でんぶ パン粉(小麦 だいず 乳) さとう ごま油 小麦 粉	きゃべつ 玉ねぎ しょう が	オイスターソース 塩 しょうゆ	
25日 (火)	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米 麦		
	だんご汁	とり肉 なると(だいず)	白玉団子	しいたけ 人参 大根 ほうれん草	だし昆布 かつお節 塩 薄口しょうゆ みりん
	ゆず和え	とりささみ	三温糖	白菜 大根 小松菜 にんじん ゆずの皮 シークワサー果汁	薄口しょうゆ 酢
	さつま揚げ	糸よりたい スケソウダラ	さとう でんぶ	きゃべつ 人参 玉ねぎ 枝豆(だいず)	塩

26日 (水)	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米 麦		
	厚あげと 糸こんにゃくの炒め	牛肉 厚あげ(だいず)	だいず油 でんぶ	にんじん 玉ねぎ 白菜 こまつな しいたけ こんにゃく しょうが にんにく	しょうゆ みりん 酒 塩 かつお節
	きびなごのから揚げ	きびなご	だいず油 薄力粉(小麦) でんぶ		塩 こしょう ガーリックパウダー
アーサ入り油みそ	アーサ 甘口白・赤みそ (だいず) シーチキン	三温糖 だいず油		みりん 酒	
27日 (木)	牛乳	牛乳			
	コッペパン	脱脂粉乳	中力粉(小麦) さとう ショートニング(だいず)		イースト 塩
	オートミール ポタージュ	ベーコン(ぶた肉、だい ず) 白花豆 牛乳 白い いんげん豆 生クリーム (乳)	オートミール だいず油	玉ねぎ にんじん セロリー パセリ	とりがら ぶた骨 塩 こしょう
	野菜スクランブル	卵 チーズ(乳) ハム (ぶた肉 だいず とり 肉)	だいず油	人参 玉ねぎ コーン 小松菜	塩 こしょう 酢
	くだもの			くだもの	
28日 (金) 北来小 越来小 コザ小 欠食	牛乳	牛乳			
	くふ 硬ジュシー	ぶた肉 ひじき チキアギ(だいず) 油あげ(だいず)	米 だいず油	ごぼう にんじん たけのこ ねぎ しいたけ	しょうゆ 酒 塩 みりん かつお節
	からし菜のあえもの	ツナ	三温糖	からし菜 にんじん もやし シークワサー果汁	しょうゆ 酢 塩
	魚の塩焼き	さば			塩 こしょう 酒
	ソフール 元気ヨーグルト (中学校のみ)	脱脂粉乳 全粉乳 ゼラチン	さとう	寒天	

学校給食を通して学ぶこと.....



1年間よろしく願います!



1 楽しく会食すること

●食事のマナー
●会食を通して人間関係を深める

2 健康によい食事のとり方

●栄養バランスのよい食事
●日常の食事の大切さ

3 食事と安全・衛生

●安全で衛生的な食事の準備や後片付け
●食中毒予防 ●自分の健康

4 食事環境の整備

●食事にふさわしい環境づくり
●衛生的な盛り付け
●環境や資源に配慮

5 食事と文化

●郷土食や行事食
●地域の食料の生産・流通・消費

6 勤労と感謝

●みんなで協力して自主的に活動
●感謝の気持ち

食器は大切に、扱いましょう!

給食で使用する食器は、みんなで使う大切なものです。乱暴に扱ったり、ヒビが入ったり欠けたりして、ケガをすることもあります。また、スプーンやフォークを折ったり曲げたりしないようにして下さい。片付ける時は、食べ物が食器に残らないように、きちんと重ねてカゴに戻すようにお願いします。

