



こ ん だ て	7(月) ジョア 入学式・始業式 麦ごはん ポークカレー コールスロー お祝いデザート 	8(火) 牛乳 しそごはん 魚のごま焼き マーミナーチャンプル かぼちゃのみそ汁 りんご	9(水) 牛乳 きびごはん 肉じゃが キャベツのじゃこあえ ほうれん草のみそ汁	10(木) 牛乳 もずく丼 いんげんのごま和え シブイのスープ	11(金) 牛乳 黒糖パン ささみチーズフライ ポークビーンズ コーンポタージュスープ
あか	豚肉	牛乳,チリメン,赤魚,厚揚げ(大豆),豚もも肉,わかめ,油揚げ(大豆),麦みそ(大豆)	牛乳,豚肉,チリメン,麦みそ(大豆)	牛乳,もずく,豚肉,大豆,とりささみ(鶏肉,寒天),わかめ	牛乳,ベーコン,豚もも,蒸し大豆,脱脂粉乳,生クリーム
き	米,おし麦,小麦粉(小麦),じゃがいも,こめ油	米,ごま,さとう,大豆油(大豆)	米,もちきび,じゃがいも,さとう,ごま油(ごま,大豆),こめ油,ごま	米,おし麦,さとう,こめ油,でん粉,ごま	黒糖パン(小麦,乳,大豆),大豆油(大豆),じゃがいも,さとう,バター(乳),クルトン(小麦,乳,大豆)
みどり	にんじん,たまねぎ,ピーマン,キャベツ,きゅうり,コーン,レーズン(干しぶどう)	もやし,にんじん,にら,キャベツ,たまねぎ,かぼちゃ,ねぎ,りんご,皮つき生	にんじん,たまねぎ,しいたけ,こんにやく,キャベツ,はくさい,もやし,ほうれん草,えのきたけ	にんじん,たまねぎ,コーン,ピーマン,赤ピーマン,黄ピーマン,とうがんとろ,長ねぎ	たまねぎ,にんじん,とうもろこし,コーン
中・高	E 783 P 23.5 F 21.6	E 705 P 36.2 F 15.8	E 760 P 27.3 F 27.1	E 679 P 28 F 20.3	E 867 P 32.8 F 35.6
こ ん だ て	14(月) 牛乳 麦ごはん ごぼうのメンチカツ 小松菜のタンカン和え 納豆汁 お魚ふりかけ バナナ	15(火) カミカミの日 牛乳 玄米ごはん タンドリーチキン ごぼうサラダ 根菜のごま風味汁 	16(水) 牛乳 麦ごはん チンジャオロース 中華春巻き 豆腐チゲスープ(あさり) 	17(木) 琉球料理の日 牛乳 五穀ごはん 豚肉のねぎみそ焼き 人参シリシリ(卵) シカムドウチ 	18(金) 牛乳 ミートスパゲティー お芋サラダ マッシュルームスープ
あか	牛乳,メンチカツ(小麦,鶏肉,大豆),豆腐(大豆),油揚げ(大豆),冷凍味付納豆,麦みそ(大豆)	牛乳,鶏肉,ヨーグルト,無脂肪無糖,ベーコン,アーモンド,麦みそ(大豆)	牛乳,豚肉,豚もも,豆腐(大豆),あさり,麦みそ(大豆)	牛乳,豚肉,赤みそ(大豆),白みそ(大豆),ツナ,卵,豚肩ロース赤肉,蒸しかまぼこ	牛乳,豚肉,牛肉,粉チーズ(乳),ひじき,アーモンド,チーズ(乳),鶏肉
き	米,おし麦,大豆油(大豆)	米,玄米,さとう,ごま,ノンエッグマヨネーズ	米,おし麦,でん粉,こめ油,さとう,大豆油(大豆),ごま油(ごま,大豆)	米,胚芽押麦,もちきび,丸麦,黒米,赤米,さとう,こめ油	沖縄そば(小麦,大豆),バター(乳),さとう,さつまいも,ノンエッグマヨネーズ
みどり	キャベツ,にんじん,長ねぎ	ごぼう,にんじん,きゅうり,だいこん,ねぎ	ピーマン,たまねぎ,にんじん,赤ピーマン,たけのこ,白菜キムチ(小麦,りんご,大豆,さば),はくさい,こまつな,しめじ,長ねぎ	長ねぎ,にんじん,にら,ねぎ,とうがんとろ,しいたけ	たまねぎ,マッシュルーム,にんじん,グリーンピース,ピーマン,コーン,ほうれん草
中・高	E 729 P 26.3 F 19.3	E 747 P 33.1 F 24.7	E 784 P 32.5 F 25.3	E 761 P 35.9 F 26.7	E 898 P 36.7 F 36.2
こ ん だ て	21(月) アレルギー 牛乳 きびごはん 高野豆腐の卵とじ(卵) 白菜のツナ和え かぼちゃのみそ汁 プチたい焼き	22(火) 牛乳 わかめごはん きびなごフライ パパヤーサラダ 鶏とシブイの汁 オレンジ	23(水) 牛乳 麦ごはん もずくのチャプチェ こまツナコーンサラダ ワンタンスープ	24(木) 牛乳 きびごはん 鶏肉の若草焼き ミルクおから さつま芋のみそ汁	25(金) 牛乳 コーンピラフ 野菜コロッケ かぼちゃサラダ ヴィシソワーズ
あか	牛乳,豆腐(大豆),蒸しかまぼこ,液卵,ツナ,わかめ,油揚げ(大豆),麦みそ(大豆)	牛乳,チリメン,きびなごフライ(小麦),ツナ,結び昆布	牛乳,豚もも,もずく,ひじき,ツナ,わかめ,鶏肉	牛乳,鶏肉,青のり,鶏ひき肉,おから,チーズ(乳),麦みそ(大豆)	牛乳,ベーコン,鶏肉,脱脂粉乳
き	米,もちきび,でん粉,さとう,プチたい焼(小麦,大豆)	米,ごま,大豆油(大豆)	米,おし麦,大豆油(大豆),さとう,ごま油(ごま,大豆),ごま,ノンエッグマヨネーズ	米,もちきび,ノンエッグマヨネーズ,こめ油,さとう,さつまいも	米,バター(乳),大豆油(大豆),ノンエッグマヨネーズ,じゃがいも
みどり	しいたけ,にんじん,たまねぎ,絹さや,長ねぎ,はくさい,だいこん,きゅうり,かぼちゃ,ねぎ	パパイア,きゅうり,パナップル,シークワーサー果汁,とうがんとろ,にんじん,こまつな,オレンジ生	にんじん,たまねぎ,しいたけ,ピーマン,小松菜,コーン,こまつな,だいこん	たまねぎ,にんじん,ねぎ	たまねぎ,ピーマン,コーン,マッシュルーム,にんじん,りんご,皮つき生
中・高	E 749 P 34.6 F 16.1	E 724 P 33.9 F 18.7	E 728 P 30.7 F 21.6	E 785 P 32.9 F 26.1	E 851 P 23.5 F 34.4
こ ん だ て	28(月) アレルギー 牛乳 中華丼(卵) わかめの中華スープ さんぴん茶ゼリー	29(火) 昭和の日 	30(水) 牛乳 きびごはん いりどり ポテトの辛子たらこあえ けんちん汁 プリン	入学・進級 おめでとうございます 栄養バランスを考えた食事で、みなさんの健康をサポートします！ 1年間どうぞよろしくお願ひします！ 	
あか	牛乳,豚もも肉,うずらの卵,わかめ,アガー		牛乳,鶏肉,豆腐(大豆)		
き	米,おし麦,こめ油,ごま油(ごま,大豆),でん粉,ごま,さとう		米,もちきび,板こんにやく,ごま油(ごま,大豆),さとう,じゃがいも,ノンエッグマヨネーズ		
みどり	にんじん,たまねぎ,はくさい,きくらげ,たけのこ,長ねぎ,えのきたけ,みかん,ニュービーオーネ,黄桃(もも)		だいこん,にんじん,ごぼう,れんこん,しいたけ,長ねぎ		
中・高	E 683 P 25.1 F 15.8		E 755 P 28.2 F 19.2		

☆献立は、材料その他の都合により変更する場合があります。





4月の給食だより

きゅうしょくじかん
給食時間のきまりをまも
かいしょく
り会食しましょう！

1 給食時間・服装

12時50分(または12時30分)から始まります。
時間を守り服装を整えて会食しよう。



2 手洗い消毒

- ①ハンカチは忘れずに各自で持参する。
- ②石けんは泡立ててしっかり手洗いする。
- ③流水ですすぎ、きれいなハンカチで拭く。
※食堂にあるティッシュで手を拭かないでください。
- ④アルコールを両手に揉み込む。



3 準備・会食

順番よく並びます。
食事中は姿勢よく、きれいなものでもひとくちは食べましょう。



4 片付け

給食終了時間を守りましょう。
残菜、果物の皮、はし、スプーン、ゼリーカップ、食器蓋などを、仕分けします。
牛乳パックは小さくたたんで捨て、ゴミ減量に協力しよう！

5 おかわり

おかわりは13時10分以降(給食開始15分後)から出来ます。
あわてず、走らずとりに来て下さい。
※給食はゆっくりよく噛んでたべましょう。



6 清掃

食べ終わって食堂から退室する際はクラス単位で机の上に置かれている布巾できれいにテーブルを拭いて下さい。
また、座ったイスは机の下に片付けてください。

