

4月給食だより



入学・進級おめでとう

うらかな春の日差しのもと、ピカピカの新生を迎え、新年度が始まりました。ご入学・ご進級おめでとうございます。4月は、新しい生活への期待に胸を膨らませる一方で、環境が変わり、疲れやストレスがたまりやすくなる時期でもあります。夜は早めに寝、朝食をしっかり食べてから登校することが大切です。

今年度も、安心・安全でおいしい給食を提供できるよう職員一丸となって取り組んでまいります。学校給食へのご理解・ご協力のほど、よろしくお祈り致します。



給食の決まり★食事のマナーを守りましょう

<p>給食の前に、机の上を片付けましょう。</p>	<p>手をきれいに洗いましょう。</p>	<p>給食当番は、身支度を整え、健康チェックをしましょう。</p>
<p>協力して準備をしましょう。</p>	<p>全員の給食がそろったら、「いただきます」をしましょう。</p>	<p>姿勢よく、持てる食器は手に持って食べましょう。</p>
<p>食べ物は、食べやすい大きさにして、よくかんで食べましょう。</p>	<p>時間内に食べ終わるようにしましょう。</p>	<p>食器は大切に扱いましょう。</p>

「学校給食」は生きた教材です!



学校給食は、「学校給食法」に基づき実施されるもので、栄養バランスのとれた食事を提供することにより、成長期にある子どもたちの健康の保持・増進を図るとともに、望ましい食習慣と食に関する実践力を身に付けさせることなどを目的としています。単なる食事ではなく、教育の一環に位置付けられ、以下の7つの目標を達成することを目指しています。



学校給食の目標（「学校給食法」第2条より）

- 適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。
- 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、及び望ましい食習慣を養うこと。
- 学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。
- 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の理解を深め、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。
- 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。
- 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深めること。
- 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。



給食には、たくさんの学びが詰まっています....

- 栄養バランス
- ふるさとの食文化
- よりよい人間関係の形成
- 食品の種類や特徴
- 食事の喜び・楽しさ
- 感謝の心
- 世界の食文化
- 食料の生産・流通・消費
- 食に関する知識・理解・関心
- 日本の伝統行事と行事食

給食当番活動を通して学ぶこと

給食当番は交代制で、給食の準備・配膳・後片付けなどを行います。当番活動を通して、衛生への配慮や配膳の仕方を身につけるだけでなく、自分自身で考えて行動すること、責任をもって役割を果たすこと、友達と協力して仕事をするなど学びます。





食品群	体内でははたらき
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	体の調子を整える

入学・進級おめでとう

うらかな春の日差しのもと、ピカピカの新入生を迎え、新年度が始まりました。ご入学・ご進級おめでとうございます。4月は、新しい生活への期待に胸を膨らませる一方で、環境が変わり、疲れやストレスがたまりやすくなる時期でもあります。夜は早めに寝て、朝食をしっかりと食べてから登校することが大切です。今年度も、安心・安全でおいしい給食を提供できるよう職員一丸となって取り組んでまいります。学校給食へのご理解・ご協力のほど、よろしくお願い致します。

祝 入学

給食はしまりませーず!

	月	火	水	木	金
こんだて	8日				
あか	ローストンカツ	白菜と豚肉炒め	デザート(さくらゼリー)	米粉入り春巻き	ほうれん草ソテー
き	チキンカレー	さばの塩焼き	油みそ	八宝菜	国産鶏の照焼パティ
みどり	Ca強化ごはん フルーツ杏仁	Ca強化ごはん 豆腐の味噌汁	国産鶏と根菜の平つくね Ca強化ごはん 肉じゃが	Ca強化ごはん ラビオリスープ	Ca強化ごはんじゃがいものみそ汁
あか	ローストンカツ、鶏肉	かつお節、さばの塩焼き、沖縄豆腐、豚肉	かつお節、ツナフレーク、国産鶏と根菜の平つくね、豚肉	鶏肉、豚肉	無塩漬ウインナーソーセージ、かつお節、国産鶏の照焼パティ、豚肉
き	調合油、精白米、カルシウム米、じゃがいも、豆乳ゼリー、杏仁風味	調合油、精白米、カルシウム米、里芋	調合油、精白米、カルシウム米、じゃがいも、糸こんにゃく、さくらゼリー	調合油、精白米、カルシウム米、ごま油、米粉入り春巻き、ラビオリ	精白米、カルシウム米、じゃがいも、スイートコーン
みどり	たまねぎ、にんじん、パイン、みかん、黄桃	たまねぎ、にんじん、ねぎ、はくさい、三色ピーマン、もやし	たまねぎ、にんじん、絹さや	きくらげ、しいたけ、たけのこ、ちんげん菜、にんじん、はくさい、小松菜、ヤングコーン	しめじ、たまねぎ、にんじん、ほうれん草、長ねぎ
こんだて	15日				
あか	ひじきの五目炒め	千切りイリチー	果物(オレンジ)	カルフィッシュ	豆腐チャンプルー
き	ホキ天玉揚げ(青さ入り)	鶏肉の照焼き	うの花コロッケ	ポークシューマイ	さばの塩麹焼き
みどり	Ca強化ごはん すまし汁	Ca強化ごはん 豚汁	クファージュシー チムシンジ	あんかけ焼きそば コーンスープ	麦ごはん 冬瓜のすりながし汁
あか	かつお節、チキアギ、ほしひじき、絹ごし豆腐、豚肉、ホキ天玉揚げ(青さ入り)	かつお節、鶏肉の照焼き、豚肉	かつお節、ほしひじき、三枚肉、豚肉、豚レバー、白かまぼこ	カルフィッシュ、豚肉、国産ポークシューマイ	かつお節、さばの塩麹焼き、ツナフレーク、ちくわ、沖縄豆腐
き	調合油、精白米、カルシウム米、こんにゃく	調合油、精白米、カルシウム米、イナムドゥチ、こんにゃく、里芋	調合油、カルシウム米、じゃがいも、精白米、うの花コロッケ	調合油、クリームコーン、ごま油、スイートコーン、ゆでラーメン	調合油、精白米、カルシウム米、押し麦
みどり	しいたけ、たまねぎ、にら、にんじん、もやし、小松菜	にんじん、絹さや、千切り大根、だいこん、長ねぎ	オレンジ、ごぼう、しいたけ、にんじん、ねぎ	たけのこ、たまねぎ、チンゲン菜、にんじん、はくさい	えのきたけ、キャベツ、とうがんとら、にんじん、ねぎ、もやし
こんだて	22日				
あか	クービイリチー	人参シリシリ	国産ミートハンバーグ	果物(パイン)	果物(りんご)
き	きんぴら肉団子	カレーポテトコロッケ	ポークカレー	国産キャベツのメンチカツ	ドライカレー
みどり	Ca強化ごはん アーサ入りゆし豆腐	梅菜めしごはん 白菜のみそ汁	Ca強化ごはん 彩り温サラダ	チャーハン 鶏の肉団子スープ	Ca強化ごはん チキンスープ
あか	かつお節、きざみ昆布、チキアギ、ゆし豆腐、生アーサ、豚肉、きんぴら肉団子	かつお節、ツナフレーク、豚肉	とりさきみちゃんく、国産ミートハンバーグ、豚肉	ちくわ、ポークランチョンミート、桜島どり肉だんご	鶏肉、合びき肉、大豆の華
き	調合油、精白米、カルシウム米、切こんにゃく	調合油、精白米、カルシウム米、カレーポテトコロッケ	調合油、精白米、カルシウム米、じゃがいも	ごま油、調合油、カルシウム米、精白米、国産キャベツのメンチカツ	調合油、精白米、カルシウム米
みどり	にんじん、切り干し大根	えのきたけ、たまねぎ、にら、にんじん、ねぎ、はくさい	きゅうり、たまねぎ、にんじん、ピーマン、ブロッコリー、だいこん、人参	たまねぎ、にんじん、パイン、パクチョイ、ピーマン、長ねぎ	りんご、キャベツ、セロリ、たまねぎ、にんじん、ピーマン
こんだて	29日				
あか	昭和の日	ビッグ肉団子	給食には、たくさんの学びが詰まっています...		
き	クリームスパゲティ、マリネ風サラダ	クリームスパゲティ、マリネ風サラダ	<ul style="list-style-type: none"> 栄養バランス 食文化 食の喜び・楽しさ 感謝の心 世界の食文化 食料の生産・流通・消費 食に関する知識・理解・関心 日本の伝統行事と行事食 		
みどり	カリフラワー、キャベツ、きゅうり、たまねぎ、にんじん、ほうれん草、黄パプリカ、赤パプリカ	無塩漬ベーコン、とりさきみちゃんく、ビッグ肉団子			

※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。

令和6年4月

献立表(アレルギー)

1. 予定献立表(アレルギー詳細)は、食品衛生法に定められている28品目を表示しています。

表示義務 8品目	表示の推奨 20品目
卵 乳 小麦 ソバ 落花生 エビ カニ クルミ	アワビ イカ イクラ オレンジ キウイ 牛肉 サケ サバ 大豆 鶏肉 バナナ モモ 山芋 リンゴ ゼラチン カシューナッツ ゴマ アーモンド 豚肉 マツタケ

※海藻類(モズク・アーサ・シラス)は収穫の際、エビ、カニが混ざる漁法で採取されていることから、「エビ、カニ」が混入することがあります。

※アサリには、カニが共生しています。

※揚げ油に使用する油は、3回程度 同一の油を使用しています。(※前回使用した食材の成分が混入している可能性があります。)

※食品を製造する際に、原材料として使用していないにも関わらず、同じ製造ライン又は同じ製造工場内で生産されている別の製品のアレルギー物質が微量に混入してしまうことがあります。

これらについては記載しておりません。詳細については南天Okinawaまでお問合せ下さい。

日付	こ ん だ て	食材名	調味料
8(月)	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米	
	チキンカレー	鶏肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、調合油	おろしにんにく、カレーフレーク(小麦)、乳なしマーガリン(大豆)、小麦粉(小麦)、カレー粉、しょうゆ(小麦、大豆)、ウスターソース(大豆、りんご)、ガラスープスタンダード(鶏肉、豚肉、りんご)、三温糖
	ローストンカツ	ローストンカツ(小麦、豚肉、大豆)、調合油	
	フルーツ杏仁	豆乳ゼリー・杏仁風味(大豆)、黄桃(もも)、パイン、みかん	ポッカレモン
9(火)	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米	
	鯖の塩焼き	さば	シママース
	白菜と豚肉炒め	はくさい、豚肉、にんじん、もやし、三色ピーマン、調合油	シママース、こしょう、しょうゆ(小麦、大豆)、料理酒
	豆腐の味噌汁	沖縄豆腐(大豆)、たまねぎ、里芋、ねぎ、かつお節	白みそ(大豆)、赤みそ(大豆)
10(水)	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米	
	肉じゃが	じゃがいも、豚肉、たまねぎ、にんじん、糸こんにゃく、絹さや、かつお節	しょうゆ(小麦、大豆)、料理酒、本みりん、三温糖、シママース
	国産鶏と根菜の平つくね	国産鶏と根菜の平つくね(小麦、鶏肉、豚肉、大豆、ごま)	
	油みそ	調合油、ツナフレーク	亦みそ(大豆)、三温糖、おろししょうゆ、料理酒、本みりん
	デザート(さくらゼリー)	さくらゼリー	
11(木)	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米	
	八宝菜	豚肉、しいたけ、きくらげ、にんじん、たけのこ、はくさい、ちんげん菜、ヤングコーン、ごま油(ごま)、調合油	おろしにんにく、おろししょうが、しょうゆ(小麦、大豆)、中華ベース・八宝菜(小麦、大豆、ごま、鶏肉、豚肉、魚介類)、オイスターソース(大豆、魚介類)、三温糖、シママース、チキンガラスープ(鶏肉)、かたくり粉
	米粉入り春巻き	米粉入り春巻(小麦、大豆、豚肉)、調合油	
	ラビオリスープ	鶏肉、ラビオリ(小麦、鶏肉、豚肉、大豆)、小松菜、ごま油(ごま)	シママース、チキンガラスープ(鶏肉)、ガラスープスタンダード(鶏肉、豚肉、りんご)、かたくり粉
12(金)	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米	
	国産鶏の照焼パティ	国産鶏の照焼パティ(小麦、鶏肉、大豆、りんご)	
	ほうれん草ソテー	ほうれん草、にんじん、しめじ、無塩漬ウインナーソーセージ、スイートコーン	シママース、こしょう、乳なしマーガリン(大豆)
	じゃがいものみそ汁	じゃがいも、豚肉、たまねぎ、長ねぎ、かつお節	白みそ(大豆)、赤みそ(大豆)
15(月)	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米	
	ホキ天玉揚げ(青さ入り)	ホキ天玉揚げ(青さ入り)(小麦・大豆)、調合油	
	ひじきの五目炒め	豚肉、ほしひじき、にんじん、こんにゃく、もやし、チキアギ、にら、調合油、かつお節	しょうゆ(小麦、大豆)、本みりん、三温糖、料理酒、シママース
	すまし汁	絹ごし豆腐(大豆)、小松菜、たまねぎ、しいたけ、かつお節	シママース、おろししょうが、うすくちしょうゆ(小麦、大豆)、料理酒
16(火)	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米	
	千切りイリチー	千切り大根、にんじん、豚肉、絹さや、かつお節、調合油	しょうゆ(小麦、大豆)、三温糖、本みりん、シママース
	鶏肉の照焼き	鶏肉の照焼き(大豆、小麦)	
	豚汁	豚肉、にんじん、だいこん、里芋、長ねぎ、イナムドゥチこんにゃく、かつお節	白みそ(大豆)、赤みそ(大豆)
17(水)	クファージュシー	精白米、カルシウム米、三枚肉(豚肉)、白かまぼこ、ごぼう、にんじん、しいたけ、ほしひじき、ねぎ、かつお節、調合油	しょうゆ(小麦、大豆)、料理酒、シママース、本みりん、三温糖
	うの花コロッケ	うの花コロッケ(小麦、大豆)、調合油	
	チムシンジ	豚肉、豚レバー(豚肉)、じゃがいも、にんじん、かつお節	料理酒、白みそ(大豆)、おろしにんにく、おろししょうが
	果物(オレンジ)	オレンジ	
18(木)	あんかけ焼きそば	ゆでラーメン(小麦)、豚肉、はくさい、チンゲン菜、たまねぎ、にんじん、たけのこ、ごま油(ごま)、調合油	おろししょうが、料理酒、中華ベース・八宝菜(小麦、大豆、ごま、鶏肉、豚肉、魚介類)、しょうゆ(小麦、大豆)、三温糖、シママース、オイスターソース(大豆、魚介類)、かたくり粉、チキンガラスープ(鶏肉)
	ポークシューマイ	国産ポークシューマイ(豚肉、小麦)	
	コーンスープ	クリームコーン、スイートコーン、たまねぎ	シママース、チキンガラスープ(鶏肉)、かたくり粉、パセリ、三温糖
	カルフィッシュ	カルフィッシュ	
19(金)	麦ごはん	精白米、カルシウム米、押し麦	
	鯖の塩焼焼き	さば	塩麴
	豆腐チャンプルー	沖縄豆腐(大豆)、キャベツ、もやし、にんじん、ツナフレーク、にら、調合油	シママース、しょうゆ(小麦、大豆)
	冬瓜のすりながし汁	とうがん、ちくわ、えのきたけ、ねぎ、かつお節	シママース、おろししょうが、うすくちしょうゆ(小麦、大豆)、かたくり粉
22(月)	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米	
	きんぴら肉団子	きんぴら肉団子(大豆、鶏肉、豚肉、りんご、ごま)	
	クービーイリチー	ささみ昆布、豚肉、こんにゃく、切り干し大根、チキアギ、にんじん、かつお節、調合油	しょうゆ(小麦、大豆)、本みりん、料理酒、三温糖
	アーサ入りゆし豆腐	ゆし豆腐(大豆)、アーサ、かつお節	シママース、うすくちしょうゆ(小麦、大豆)
23(火)	梅菜めしごはん	精白米、カルシウム米、梅菜めし(ごま)	
	人参シリシリ	にんじん、たまねぎ、ツナフレーク、にら、調合油	シママース、しょうゆ(小麦、大豆)
	カレーポテトコロッケ	カレーポテトコロッケ(小麦、豚肉、大豆)、調合油	
	白菜のみそ汁	はくさい、豚肉、たまねぎ、えのきたけ、ねぎ、かつお節	白みそ(大豆)、赤みそ(大豆)
24(水)	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米	
	ポークカレー	豚肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、ピーマン、調合油	おろしにんにく、カレーフレーク(小麦)、乳なしマーガリン(大豆)、小麦粉(小麦)、カレー粉、しょうゆ(小麦、大豆)、ウスターソース(大豆、りんご)、ガラスープスタンダード(鶏肉、豚肉、りんご)
	国産ミートハンバーグ	国産ミートハンバーグ(大豆、鶏肉、豚肉)	

	彩り温サラダ	ブロッコリー、だいこん、きゅうり、とりささみチャンク(鶏肉)、人参	イタリアンドレッシング、シママース
25(木)	チャーハン	精白米、カルシウム米、無塩漬ポーク(豚肉、鶏肉)、たまねぎ、にんじん、ピーマン、長ねぎ、ごま油(ごま)、調合油	しょうゆ(小麦、大豆)、シママース、チキンガラスープ(鶏肉)
	国産キャベツのメンチカツ	国産キャベツのメンチカツ(小麦、豚肉、鶏肉、大豆)、調合油	
	鶏の肉団子スープ	桜島どり肉だんご(小麦・大豆・鶏肉)、たまねぎ、パクチョイ、ちくわ	料理酒、シママース、こしょう、ガラスープスタンダード(鶏肉、豚肉、りんご)、三温糖
	果物(パイン)	パイン	
26(金)	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米	
	ドライカレー	合びき肉(豚肉、牛肉)、大豆の華、たまねぎ、にんじん、ピーマン、調合油	ウスターソース(大豆、りんご)、デミグラスソース(小麦、鶏肉)、トマトピューレー、チキンガラスープ(鶏肉)、シママース、三温糖、おろししょうが、おろしにんにく、赤ワイン、カレー粉
	チキンスープ	鶏肉、たまねぎ、にんじん、キャベツ、セロリー、調合油	ホワイトルウ(小麦、豚肉)、小麦粉(小麦)、乳なしマーガリン(大豆)、シママース、チキンガラスープ(鶏肉)、三温糖、こしょう
	果物(りんご)	りんご	
30(火)	クリームスパゲティー	茹スパゲティー(小麦)、無塩漬ベーコン(豚肉)、ほうれん草、にんじん、たまねぎ、黄パプリカ、調合油	シママース、ホワイトルウ(小麦、豚肉)、シママース、おろしにんにく、こしょう、チキンガラスープ(鶏肉)
	ビッグ肉団子	ビッグ肉団子(小麦、ごま、大豆、鶏肉、豚肉、りんご)	
	マリネ風サラダ	キャベツ、カツオブナー、たまねぎ、さゆアツ、とりささみチャンク(鶏肉)、赤パプリカ	三温糖、シママース、マリネドレッシング(大豆、りんご)

食材産地一覧表

令和 6 年 4 月

※出荷状況、天候等により変更する場合があります。

食品名	産地	食品名	産地
精白米	香川、大分	えのきたけ	長崎、他
押し麦	福井、富山、石川	しめじ	福岡
		なめこ	長崎
鶏卵	沖縄	さといも	鹿児島、熊本、宮崎
牛肉	カナダ、オーストラリア、他	さつまいも	鹿児島
豚肉	デンマーク、スペイン、他	ブロッコリー	エクアドル
鶏肉	ブラジル		
無塩漬ベーコン	沖縄	たけのこ	熊本、鹿児島
無塩漬ハム	沖縄	三色ピーマン	中国
無塩漬ウィンナー	沖縄	絹さや	グアテマラ
		千切り大根	鹿児島
玉ねぎ	北海道、他	こんにゃく	沖縄
じゃがいも	鹿児島、沖縄、他	麩	アメリカ、カナダ
にんじん	熊本、長崎、他	わかめ	韓国
大根	鹿児島、宮崎、他	ひじき	韓国
		昆布	北海道
ほうれん草	九州、他	もずく	沖縄
とうがん	沖縄、他	アーサ	沖縄
ごぼう	青森、台湾、他	きくらげ	中国
からしな	沖縄	椎茸	中国
もやし	沖縄、九州、他	かつお節	鹿児島
セロリー	沖縄、他	豆腐	沖縄
白菜	鹿児島、宮崎、他	ミックスビーンズ	メキシコ、ニュージーランド、アメリカ
キャベツ	沖縄、鹿児島、他		
きゅうり	沖縄、宮崎、熊本、佐賀、他	丸かまぼこ	沖縄、他
グリーンピース	ニュージーランド	白かまぼこ	タイ、アメリカ
グリーンアスパラ	チリ、ペルー	チキアギ	沖縄
小松菜	沖縄、九州、他	ちくわ	タイ
チンゲンサイ	九州、他	なると	タイ、アメリカ
パクチョイ	沖縄		
スイートコーン	タイ		
にら	高知、九州、他	赤魚	ノルウェー、アメリカ、ロシア
ねぎ	福岡、大分、他	サバ	ノルウェー
長ねぎ	関東、九州、他		
ピーマン	沖縄、九州、茨城、他		
黄パプリカ	韓国、他	オレンジ	アメリカ
赤パプリカ	韓国、他	りんご	青森
パパイヤ	沖縄		