

○アレルギー表示について
アレルギーは、表示義務食品・推奨食品にあわせて28品目を表示しています。

表示義務7品目	推奨21品目
卵・乳・小麦・えび・かに 落花生(ピーナッツ)・そば	アーモンド・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・バナナ・もも・りんご・まつたけ・やまいも

- しょうゆは(小麦・大豆)、酢・特濃酢は(小麦)、油は(大豆)の成分を含んでいます。表示はしていません。
- 海藻類(あおさ・アーサ、もずく、ひじき)、しらす、チリメン、カエリ(小魚)、あさりなどは、えび・かにの混入の可能性があります。
- 揚げ油は数回使用します。アレルギーで気になる方は、給食センターまでご連絡下さい。

※ 宜野湾市立学校給食センターのアレルギー除去対応食材は★マークで表示しており、給食センターでの対応は次の通りです。

(○) …対応可能 (×) …対応不可

※ 除去食対応は、学校および給食センターと処遇会議を経て対応が決まった児童・生徒へ行うものです。

※ 食品衛生法に基づくアレルギー対応義務7品目(えび、かに、小麦、そば、卵、乳、落花生)を表示しています。

- 食材、その他の都合により献立を変更することがあります。
- 学校給食費は、期限内に収めましょう。
- 給食予定(アレルギー詳細)献立表、給食だより等は、毎月宜野湾市学校給食センターのホームページに記載しています。

【お知らせ～牛乳なしの日～】

物価高騰における食材費の確保及びバラエティ豊かで魅力ある給食を提供するため、毎月1～2回、給食に牛乳がない日があります。



ごいん じこぼうし
～誤飲などの事故防止のために～

学校給食では、子どもたちのために栄養や味はもとより、食材の形や大きさ、歯ごたえ、あらゆる面に気を配り、給食を作っています。誤って飲み込んでしまうことのないよう、**給食時間中はじゃれ合ったりふざけたりせず、よくかんで気を付けて食べるようにしましょう。**
みんなでももって、安全でたのしい給食時間になるようにしましょう。



- ①よくかんでたべよう
- ②しょくじちゅうのマナーをまもろう(あるきたべ・おどろかす・まめなどをなげてくちにのけるなどをしてしない)



★ご家庭におかれましても、よくかんで食べるご指導を、ぜひともお願いいたします★

1食当たりの栄養価(小学校) 基準値	エネルギー	650 Kcal	たんぱく質	27.0 g	脂質	18.0 g	炭水化物	96.0g
1食当たりの栄養価(中学校) 基準値	エネルギー	830 Kcal	たんぱく質	34.0 g	脂質	23.0 g	炭水化物	120 g

日	献立名	赤の食品 体の組織つくる たんぱく質・無機質	黄の食品 エネルギーとなる 炭水化物・脂質	緑の食品 体の調子を整える ビタミン類	その他調味料など	欠食
9日 (火) お進 祝学 い・ 献進 立級	牛乳	牛乳				小学1年
	くろまいごはん		こめ、黒米			
	イナムドゥチ	ふたにく、白かまぼこ、みそ(大豆)		こんにゃく、しいたけ、だいこん	かつおぶし、ポークフィヨン(鶏肉・豚肉)	
	クーブイリチー	こんぶ、ふたにく、白かまぼこ	さとう、大豆油	きりほしだいこん、こんにゃく、にんじん	しょうゆ、みりん、ポークフィヨン(鶏肉・豚肉)、しお、かつおぶし	
	おいわいゼリー		お祝いゼリー(いちごジュレ)			

日	献立名	赤の食品 体の組織つくる たんぱく質・無機質	黄の食品 エネルギーとなる 炭水化物・脂質	緑の食品 体の調子を整える ビタミン類	その他調味料など	欠食
10日 (水)	牛乳	牛乳				小学1年
	コッパン (小麦・乳：×)		★給食パン(小麦・乳・大豆)			
	むぎのポターシュ (小麦：○)	とりにく、無添加ベーコン(豚肉)	おおむぎ、★小麦粉、米ぬか油、大豆油	にんにく、にんじん、たまねぎ、セロリ、パセリ、コーン	★乳なしホワイトルウ(小麦・豚肉)、チキンブイヨン(鶏肉)、しお、こしょう	
	ごぼうのごまサラダ		ごま、ドレッシング(小麦、ごま、大豆)、ノンエッグマヨネーズ(大豆)、さとう	ごぼう、だいこん、きゅうり、にんじん、コーン	しお、こしょう、しょうゆ	
	ウインナー	無添加ウインナー(豚肉)				
11日 (木)	牛乳	牛乳				小学1年
	チキンライス	とりにく	こめ、大豆油	にんじん、たまねぎ、マッシュルーム、コーン、ピーマン	酒、みりん、しょうゆ、しお、ケチャップ、チキンブイヨン(鶏肉)	
	しろはなまめコロッケ (小麦・乳：×)	★白花生コロッケ(小麦・乳・大豆)	大豆油			
	ブロッコリーとコーンのソテー	とりにく	大豆油	ブロッコリー、しめじ、キャベツ、にんじん、コーン、たまねぎ	しょうゆ、しお、こしょう	揚げ油 1回目 使用
12日 (金)	牛乳	牛乳				小学1年
	むぎごはん		こめ、麦			
	はるさめスープ	とりにく、わかめ	はるさめ、ごま油(ごま)	にんじん、たまねぎ、チンゲンサイ、しめじ、しょうが	しょうゆ、しお、チキンブイヨン(鶏肉)、だしこんぶ、かつおぶし	
	ピピンバ(にくみそ)	ぎゅうにく、ぶたにく、だいた、みそ(大豆)	さとう、大豆油、ごま油(ごま)	たけのこ、しょうが、にんにく	酒、しょうゆ、みりん、トウバンジャン	
	ピピンバ(ナムル)		ごま	もやし、こまつな、にんじん	しょうゆ	
15日 (月)	牛乳	牛乳				小学1年生 給食開始
	むぎごはん		こめ、麦			
	ポークカレー (小麦：○)	ぶたにく、ぶたレバー、白花生、白いんげん豆	じゃがいも、★小麦粉、米ぬか油、大豆油、さとう	にんじん、たまねぎ、ピーマン、にんにく、しょうが、りんご、ブルーベリー	カレー粉、★カレールウ(小麦・牛肉・鶏肉・大豆)、ウスターソース、チャツネ(りんご)、しお、しょうゆ、チキンブイヨン(鶏肉)	
	れんこんのごまサラダ	ツナ、ひじき	ごま、さとう、ごま油(ごま)	れんこん、ブロッコリー、にんじん、きゅうり、コーン	酢、しょうゆ、しお	
	おいわいゼリー(小1のみ)		お祝いゼリー(いちごジュレ)			
16日 (火)	牛乳	牛乳				
	ごはん		こめ			
	みそけんちんじる	とうふ(大豆)、油揚げ(大豆)、みそ(大豆)		ごぼう、にんじん、だいこん、こんにゃく	かつおぶし	
	もずくどん(ぐ)	もずく、ぶたにく	さとう、でん粉、大豆油	にんじん、たまねぎ、赤ピーマン、コーン、にんにく、しょうが	しょうゆ、みりん、酒、しお、ポークブイヨン(鶏肉・豚肉)	
	ニューサマー			ニューサマー		

日	献立名	赤の食品 体の組織つくる たんぱく質・無機質	黄の食品 エネルギーとなる 炭水化物・脂質	緑の食品 体の調子を整える ビタミン類	その他調味料など	欠食
17日 (水)	牛乳	牛乳				
	わかめごはん	わかめ	こめ			
	につけ	ぶたにく、こんぶ、厚揚げ (大豆)、ちくわ	さとう、大豆油	だいこん、こんにゃく、に んじん、絹さや	かつおぶし、しょうゆ、み りん、しお、酒	
	なのはなのゴマあえ		ごま、ねりごま(ごま)、さと う	なのはな、キャベツ、もや し、コーン	しょうゆ、しお	
18日 (木)	牛乳	牛乳				
	アーサのたきこみごはん	アーサ、白かまぼこ、ぶた にく、だいず(大豆)	こめ、ごま、大豆油	ねぎ、にんじん、しいた け、しょうが	酒、みりん、しょうゆ、し お、チキンフイヨン(鶏肉)、 かつおぶし	
	さばのしおやき	さば			しお	
	パパイヤチャンプルー	厚揚げ(大豆)、ツナ	大豆油	パパイヤ、だいこん、にん じん、にら	酒、しお、しょうゆ、みり ん	
19日 (金)	牛乳	牛乳				
	にこみうどん (小麦：○)	ぶたにく、油揚げ(大豆)	★うどん(小麦)、大豆油	しいたけ、にんじん、たま ねぎ、長ねぎ、キャベツ、 こまつな	チキンフイヨン(鶏肉)、しょ うゆ、みりん、しお、かつ おぶし	
	ちくわのいそべてん ぶら (小麦：×)	★ちくわの磯辺天ぷら(小 麦・大豆)	大豆油			
	きりぼしだいこんの ツナあえ	ツナ	ごま、さとう、ごま油(ごま)	きりぼしだいこん、きゅう り、もやし、シークワ サー	しお、しょうゆ、酢	揚げ油 2回目 使用
22日 (月)	牛乳	牛乳				真志喜中
	ごはん		こめ			
	にくじゃが	ぶたにく	じゃがいも、さとう、大豆 油	しょうが、たまねぎ、にん じん、グリーンピース、こん にゃく、しいたけ	しょうゆ、みりん、酒、し お、かつおぶし	
	くきわかめのあえもの	ツナ、くきわかめ	さとう、ごま油(ごま)	コーン、きゅうり、もや し、にんじん	酢、しょうゆ	
23日 (火)	牛乳	牛乳				
	こくとうパン (小麦・乳：×)		★給食パン(小麦・乳・大豆)			
	コンソメスープ	レンズ豆、無添加ベーコン (豚肉)	じゃがいも、大豆油	にんじん、たまねぎ、しめ じ	白ワイン、しお、こしょ う、かつおぶし、チキンフ イヨン(鶏肉)	
	チリコンカン (小麦：○)	レッドキドニー、ぎゅうに く、ぶたにく、だいず	さとう、大豆油	たまねぎ、にんじん、にん にく、トマト	トマトペースト、トマト ソース(大豆)、トマトビュ ーシ、チリパウダー、ケ チャップ、★デミグラス ソース(小麦・鶏肉)、ウス ターソース、しお	
	フルーツポンチゼリー		カクテルゼリー(大豆、り んご、もも)	みかん、パイン、もも		

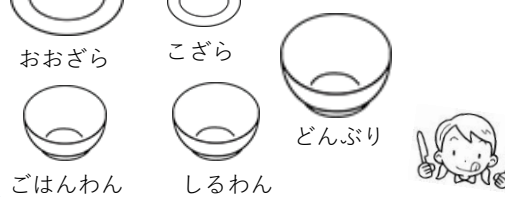
日	献立名	赤の食品 体の組織つくる たんぱく質・無機質	黄の食品 エネルギーとなる 炭水化物・脂質	緑の食品 体の調子を整える ビタミン類	その他調味料など	欠食
24日 (水)	牛乳	牛乳				
	ごはん		こめ			
	あさりのすましじる	わかめ、あさり、とうふ(大豆)		だいこん、にんじん、えのきたけ	酒、しょうゆ、しお、だしこんぶ、かつおぶし	
	きのこぶたどん(ぐ)	ぶたにく、三枚肉	三温糖、でん粉、大豆油	にんじん、たまねぎ、しめじ、えのきたけ、にんにく、しょうが、ねぎ、しいたけ	しょうゆ、みりん、酒、しお	
	きよみみかん			みかん		
25日 (木)	ごはん		こめ			
	おいものみそしる	みそ(大豆)	じゃがいも、さつまいも	たまねぎ、にんじん、こまつな、えのきたけ	かつおぶし	
	牛乳なしの日 ひじきいため	ひじき、ぶたにく、だいず、白かまぼこ	さとう、大豆油	えだまめ(大豆)、こんにゃく、にら、にんじん、もやし	しょうゆ、みりん、しお、かつおぶし	
	てづくりアーモンドふりかけ	糸けずり、しらす、青のり	アーモンド、ごま、さとう		しょうゆ	
26日 (金)	牛乳	牛乳				はごろも小 嘉数小 大山小
	キムタクごはん	ぶたにく、ひよこまめ、しらす	こめ、ごま、大豆油、ごま油(ごま)	白菜キムチ(小麦・りんご・大豆・さば)、たまねぎ、にんじん、えだまめ(大豆)、たくあん、しょうが、にんにく	しお、こしょう、しょうゆ、かつおぶし、チキンブイヨン(鶏肉)	
	ちくわとわかめのすのもの	ちくわ、わかめ	さとう	コーン、きゅうり、だいこん、もやし、にんじん	酢、しょうゆ	
	とりにくのからあげ	とりにく	でん粉、大豆油		しお、こしょう、ガーリックパウダー	揚げ油 3回目 使用
30日 (火)	牛乳	牛乳				
	ごはん		こめ			
	ニラたまスープ (卵：○)	★たまご、とうふ(大豆)	でん粉、ごま油(ごま)	えのきたけ、にら、にんじん	みりん、しょうゆ、しお、かつおぶし、だしこんぶ	
	ホイコーロー	ぶたにく、みそ(大豆)	さとう、大豆油、ごま油(ごま)	キャベツ、にんじん、たまねぎ、ピーマン、たけのこ、にんにく、しょうが	テンメンジャン(小麦・大豆・ごま)、しお、しょうゆ、酒、トウバンジャン	
	ぎょうざ (小麦：×)	★焼きギョウザ(小麦・大豆・鶏肉・豚肉)				

きゅうしょくはい ず
4月の給食配ぜん図

☆☆協力して給食の準備や片付けをしよう☆☆



《食器のしゅるい》 ※はいぜん図を見て
もりつけましょう。



はいぜん図は、こんだてめい^ずや食器^{めい}の置き方^{おきかた}がわかるようにしています。毎日見るようにしまししょう。



★給食のあとかたづけのお願い★

食べ終わったら、ゴムペラ^{つか}を使って、お皿^{さら}についているごはんつぶやおかずの汁^{じゆ}などをきちんと落としまししょう。もし、ゴムペラを使わないで片づけてしまうと、ゆかに給食の汁^{じゆ}がこぼれたり、ごはんつぶなどの食材^{じゆくざい}が落ちない場合があります。ご協力、よろしくおねがいします。



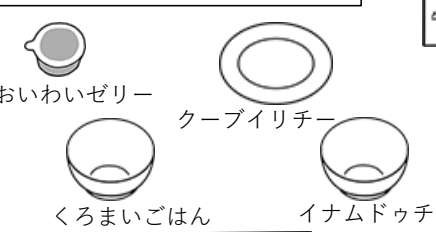
～牛乳なしの日について～

物価高騰における食材費の確保及びバラエティ豊かで魅力ある給食を提供するため、毎月1～2回、給食に牛乳が出ない日があります。

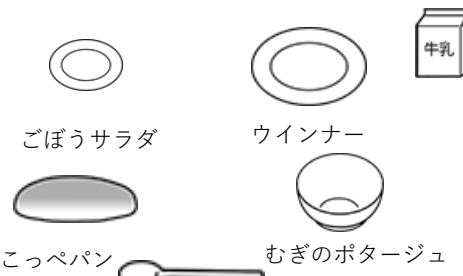


4月9日(火)

しんきゅうおいおい こんだて



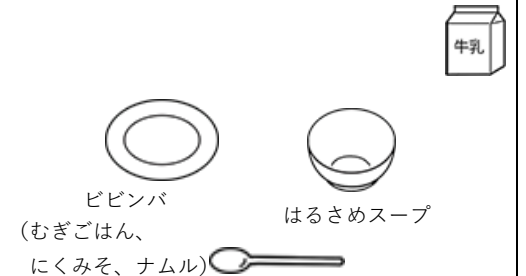
4月10日(水)



4月11日(木)

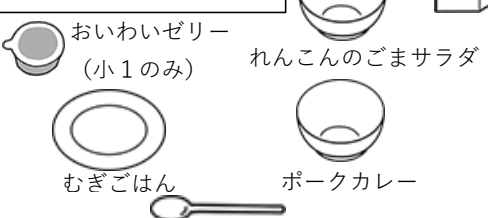


4月12日(金)



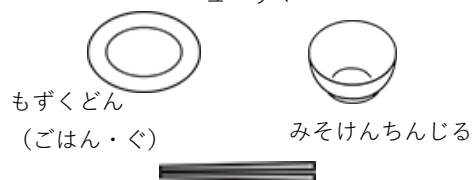
4月15日(月)

しょうがっこう1ねんせい きゅうしょくスタート



4月16日(火)

ニューサマー



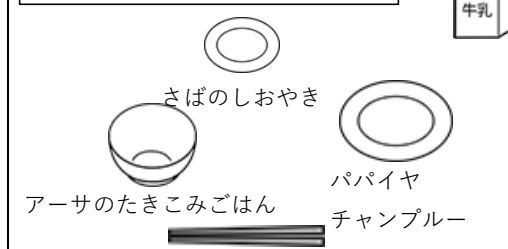
4月17日(水)

なのはなの ゴマあえ



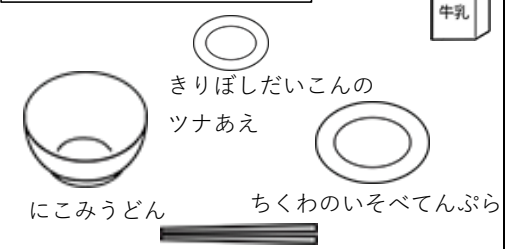
4月18日(木)

りゅうきゅうりょうりのひ こんだて

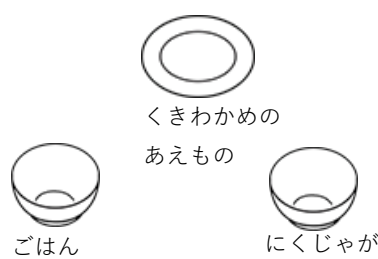


4月19日(金)

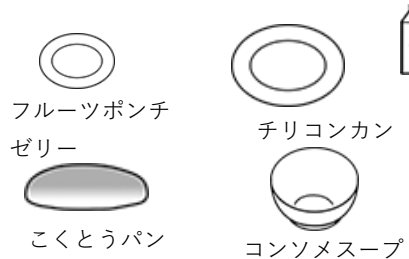
しょくいくのひ こんだて



4月22日(月)



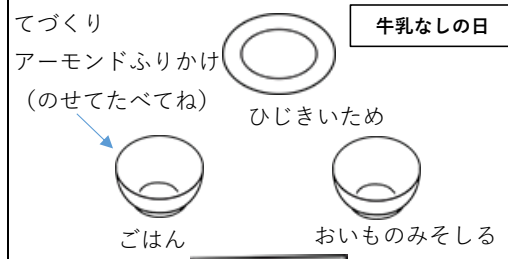
4月23日(火)



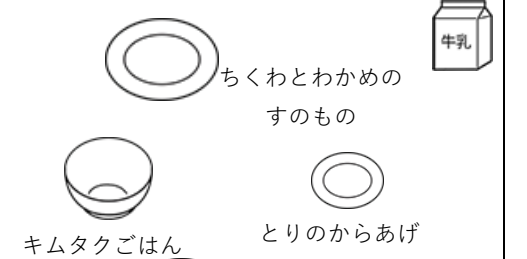
4月24日(水)



4月25日(木)



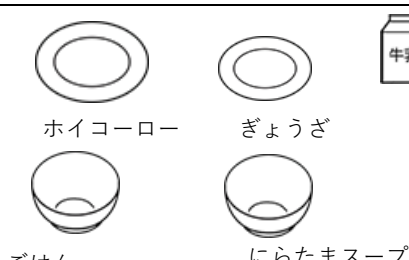
4月26日(金)



4月29日(月)



4月30日(火)



ごいん じこほうし
～誤飲などの事故防止のために～

がっこうきゅうしょくでは、子どもたちのために栄養や味はもとより、食材の形や大きさ、歯ごたえ、あらゆる面に気を配り、給食を作っています。誤って飲み込んでしまうことのないよう、給食 時間中はじゃれ合ったりふざけたりせず、よく噛んで気を付けて食べるようにしましょう。

みんなでももると、あんげんでたのしい給食 時間になるよ！



- ①よくかんでたべよう
- ②しょくじちゅうのマナーをまもろう(あるき たべ・おどろかす・まめなどをなげたくちにいれるなどをしてない)