

◇学校別内訳◇			
豊見城小	731	豊見城中	972
とよみ小	700	長瀬中	611
長嶺小	547	伊良波中	972
座間小	516	給食センター	58
上田小	955	とよみ教室	
伊良波小	561	合計	8,176
豊崎小	793		
ゆたか小	760		

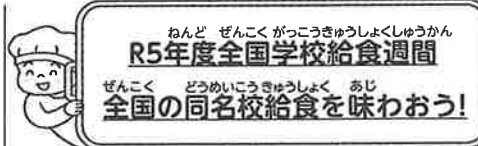
学校	学校	E エネルギー	P たんぱく質	F 脂肪
給食の米基準量	小学校	650kcal	21.1~32.5g	14.4~21.7g
	中学校	830kcal	27.0~41.5g	18.4~27.9g

令和6年 豊見城市立学校給食センター(☎850-4585)

1月の予定献立表



※食物アレルギーのある児童生徒は、給食を食べる前に別紙の「食材詳細献立表」で内容を必ず確認しましょう。家庭・学校においても毎日確認して下さい。
 ※魚、肉類(鶏・牛・豚)には、骨がある可能性がありますので、よくかんで気をつけて食べましょう。



- ① 手洗い達人 ② 盛り付け達人
- ③ よい姿勢達人 ④ はし使い達人
- ⑤ お皿ピカピカ達人
- ⑥ 後片付け達人

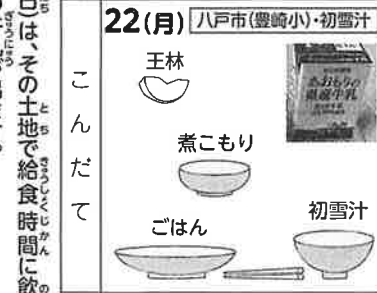
豊見城市にある学校名と同じ(借しい!を含む)学校
 三同名校を探して、8か所の学校・給食センターに
 協力していただき、それぞれの土地の
 人気給食メニューを聞きました!
 8か所の献立表も、
 1月に学校に配布予定です。
 使われている食べものや
 料理の違いを感じましょう!



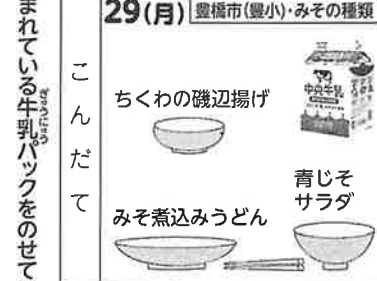
9(火) 2024年スタート! 牛乳 プチたい焼き うちなー やぶあらじゅーしー 大根の塩昆布あえ	10(水) きのう何食べた? コールスローサラダ 牛乳 キャラメル揚げパン (上田小・長嶺小・とよみ小・ゆたか小) 鶏のコッペン (上記以外の学校) トマトチーズ煮	11(木) 鏡開き 小魚のあめがらめ 牛乳 ごはん 寄せ鍋風	12(金) インド煮(おいしい給食) 小松菜のおひたし 牛乳 ごはん インド煮
--	--	---	--



15(月) 病気に負けない食事 ビビンバ 牛乳 かけて食べるごはん きんかん わかめスープ	16(火) 卒業生のリクエスト タコライス 牛乳 スライスチーズ タコスミート キャベツのコンソメスープ かけて食べるごはん	17(水) おむすびの日 おむすびをつくらう! おむすびごろんちよ梅アダンスー 島野菜 ンブシー ごはん	18(木) 第3木曜日は琉球料理の日 フーイリチー 牛乳 ごはん チムシンジ	19(金) 冬の栄養・旬(しゅん) フルーツヨーグルト 牛乳 根菜ミートスパゲッティ ナゲット
---	--	---	---	--



22(月) 八戸市(豊崎小)・初雪汁 王林 煮こもり ごはん 初雪汁	23(火) 盛岡市(上田小)・ひつつみ汁 サンふじ すき昆布の煮物 ごはん ひつつみ汁	24(水) 南魚沼市(上田小)・発酵食品 れんこんのかぐら南蛮みそ風炒め きりざい(納豆和え) 牛乳 ごはん 甘酒豚汁	25(木) つくばみらい市(豊小)・簡宮林蔵 のり酢あえ ごはん 林蔵汁	26(金) 九十九里町(豊海小)・海の幸 ひじきと小松菜のサラダ イカメンチカツ 勝浦タンタン春雨スープ ごはん
--	---	---	---	--



29(月) 豊橋市(豊小)・みその種類 ちくわの磯辺揚げ みそ煮込みうどん 青じそサラダ	30(火) 大阪市(豊崎小)・土手焼き 鶏の土手焼き風 大阪ソース コロッケ ハリハリ汁 ごはん	31(水) 神戸市(長瀬中)・タッカンジョン ぼっかけ風 タッカンジョン(韓国風から揚げ) 牛乳 ごはん かす汁
---	--	--

集中力を高める食事とは?

果物 牛乳・乳製品
 主食 主菜 副菜
 給食の組み合わせを参考にし、よくかんで食べましょう。

★学校給食は皆さまの納める給食費から作られます。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を変更する場合があります。