

# 3月の予定献立表



| 学校別内訳 | 人数  | 児童数    | 合計    |
|-------|-----|--------|-------|
| 豊見城小  | 731 | 豊見城中   | 972   |
| とよみ小  | 700 | 長瀬中    | 611   |
| 長瀬小   | 547 | 伊良波中   | 972   |
| 座安小   | 516 | 給食センター | 58    |
| 上田小   | 955 | とよむ教室  |       |
| 伊良波小  | 561 | 合計     | 8,176 |
| 豊崎小   | 793 |        |       |
| ゆたか小  | 760 |        |       |

| 学校  | 給食の栄養価  | E (エネルギー)  | P (たんぱく質)  | F (脂肪) |
|-----|---------|------------|------------|--------|
| 小学校 | 650kcal | 21.1~32.5g | 14.4~21.2g |        |
| 中学校 | 830kcal | 27.0~41.5g | 18.4~27.2g |        |

※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「食品詳細献立表」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。

## 「食育」チェックシート

この1年の給食時間を振り返り、できたことに○を付けましょう。

|                      |                    |                    |                         |
|----------------------|--------------------|--------------------|-------------------------|
| 給食の前に手をきれいに洗えた       | 給食当番の身支度をきちんとできた   | 食事のあいさつを心を込めて言えた   | 食器を正しく並べることができた         |
| お箸を正しく持ち、上手に使うことができた | よくかんで味わって食べることができた | 地域の産物や食文化を知ることができた | 日本の伝統行事と行事食について知ることができた |
|                      |                    |                    | バランスのよい食事の組み合わせがわかった    |

先月ゆたか小でJAおきなわ・豊見城市の農家さんから、豊見城産の野菜について学び、給食交流を行いました。



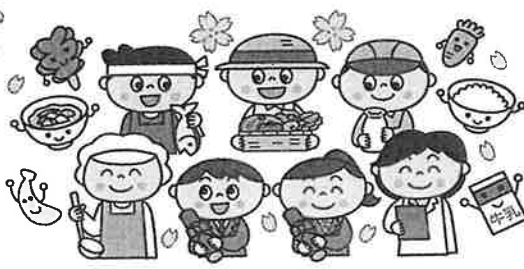
|            |       |      |
|------------|-------|------|
| 1(金) ひなまつり | ひなあられ | 牛乳   |
|            | 菜の花和え |      |
|            | ちらしずし | すまし汁 |

給食費は納め忘れない口座振替をおすすめします。

|                      |                          |               |                     |               |
|----------------------|--------------------------|---------------|---------------------|---------------|
| 4(月) いよかんでイ予感        | 5(火) ゲン担ぎ!               | 6(水) じょうぶなからだ | 7(木) 鉄分が多い食べものは?    | 8(金) 卒業おめでとう! |
| 11(火) 地場産物を食べよう      | 12(火) 3.11を忘れない〜東北料理を食べ〜 | 13(水) キャベツの花  | 14(木) 豊見城産トマトを食べよう! | 15(金) ニラ生産1位! |
| 18(月) マンガ飯〜米蔵夫婦のレシピ〜 | 19(火) 修了おめでとう!           | 20(水) 春分の日    | 21(木) わたしはだれでしょう?   | 1年を振り返って...   |

## ご卒業おめでとうございます

「食べる」というのは、動物や植物など、色々な生き物の命をいただくことです。その命をつないで、私たちは「生きる」ことができます。また、多くの人の支えがあって「食べる」ことができます。これからも感謝の気持ちを忘れずに、「食べる」ことを大切にしてください。



★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。