

# たのしい学校給食



豊見城市立学校校給食センター

# 学校給食とは

学校給食は学校教育の一環であり、特別活動として学級活動の領域に位置づけられています。子ども達の心身の健全な育成を図ることをねらいとしています。

## しょく じゅうようせい 食の重要性



た 食べることの喜び、楽しさ、  
そしてじゅうようせい し  
重要性を知る。

## しんしん けんこう 心身の健康



せいちょう けんこう のぞ 成長や健康に望ましい食べ方を  
し じっせん 知り、実践できる。



## かんしゃ 感謝の心



た もの だいじ  
食べ物を大事にし、食事にかかわ  
ひとびと かんしゃ  
る人々に感謝する。

## しょくひん せんたく のうりよく 食品を選択する能力



ただ ちしき じょうほう もと ひんしつ  
正しい知識や情報に基づき、品質  
あんぜんせい じぶん はんだん  
や安全性を自分で判断できる。





# しゃかいせい 社会性



しょくじ まも しょくじ とお  
食事のマナーを守り、食事を通し  
ゆた にんげんかんけい きず  
て豊かな人間関係を築く。

# しょくぶんか 食文化

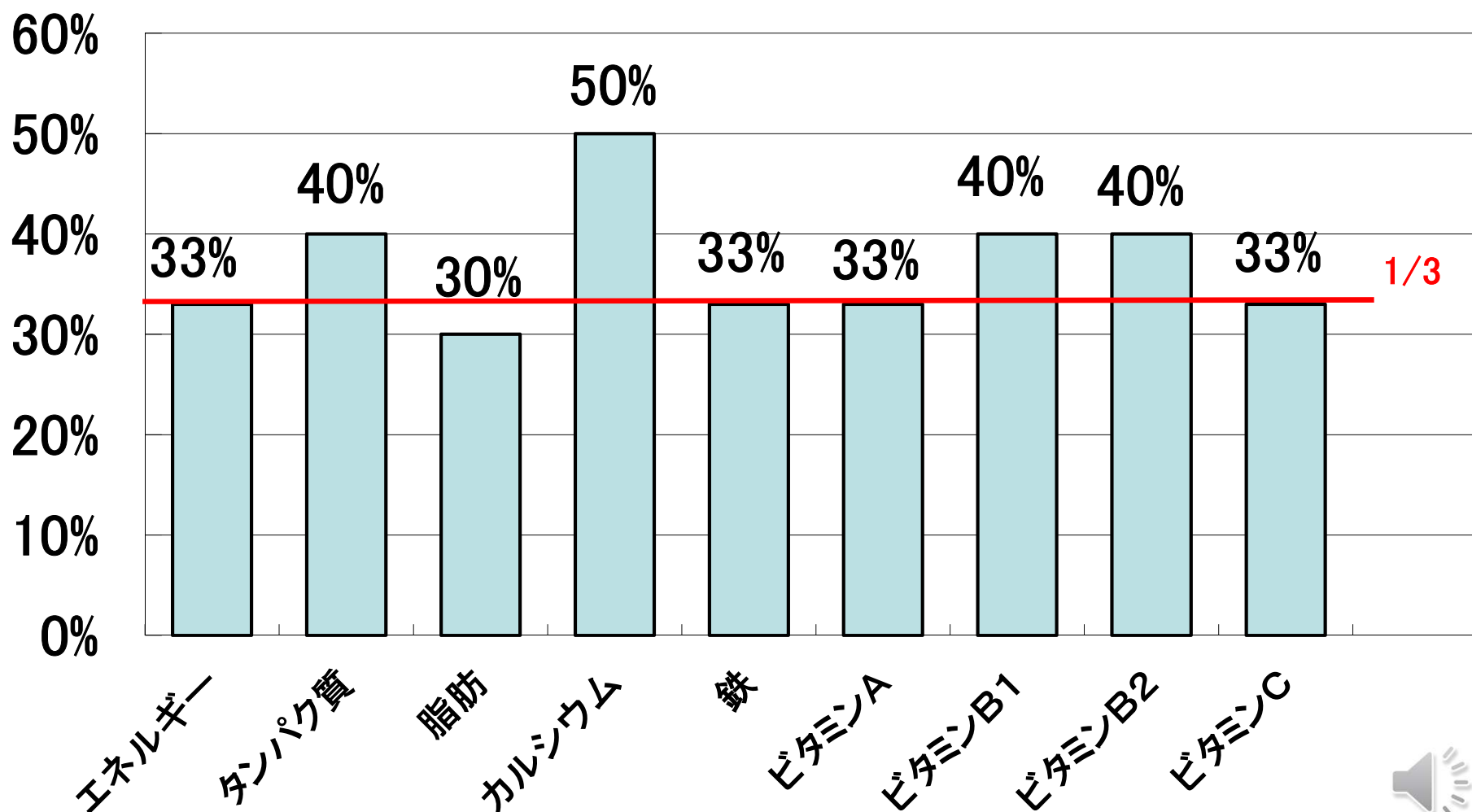


かくちいき さんぶつ しょくぶんか れきし  
各地域の産物や食文化、その歴史  
し そんちょう  
などを知り、尊重できる。



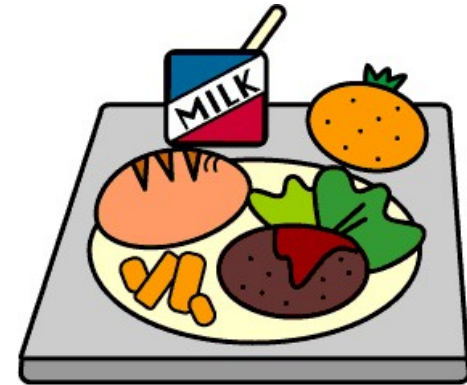
## (2) 学校給食の栄養量について

1日に必要な栄養量に占める学校給食の割合



# 学校給食の食事内容

- ・ 主 食 ごはん、パン、めんなど
- ・ 副 食 煮物、汁物、揚げもの、和え物など
- ・ 牛 乳 原則として毎回
  - ・ 県産生乳を使用。
  - ・ 県産乳が不足した場合県外産生乳や加工乳を使用することもある
- ・ その他 デザート：果物やヨーグルト、ゼリー など





# 給食センターからのおたより

学校別内訳	児童数	1,014
上田小	501	501
豊見小	513	513
伊波小	706	706
伊波小	515	515
とよみ小	704	704
豊見小	742	742
とよみ小	752	752
合計		8,178

令和8年 豊見城市立学校給食センター ☎850-4585

## 1月の予定献立表



ひとくちずつよくかんて  
給食をあじわおう！

※食料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」で内容をお読みください。アレルギーのある児童生徒は、アレルギーの症状が現れた場合は、速に学校に連絡をお願いします。  
※給食（月・火・水）には、骨がある可能性がありますので、よくかんで食べてください。

### 1月給食だより

1月24日～30日は、全国学校給食週間です！

全国学校給食週間をとおして、学校給食の意義や給食の大切さを多くの人に知ってもらい、学校給食についてあらためて考える機会にしたいと考えています。

★全国給食で食べられている給食メニューを掲載しました。それぞれ説明を添えて、地域の給食と比べてみましょう。

### 学校給食の献立の移りかわり

→→→ 学校給食の献立の移りかわり →→→

前週22日 前週23日 前週24日 前週25日 前週26日 前週27日

おにぎり、揚げたての揚げ物、味噌汁、お茶、デザート

おにぎり、揚げたての揚げ物、味噌汁、お茶、デザート

おにぎり、揚げたての揚げ物、味噌汁、お茶、デザート

おにぎり、揚げたての揚げ物、味噌汁、お茶、デザート

おにぎり、揚げたての揚げ物、味噌汁、お茶、デザート

おにぎり、揚げたての揚げ物、味噌汁、お茶、デザート

### 全国学校給食週間の取り組みとして、豊見城市立学校給食センターでは市内の中学生が、家庭科の授業で作成した献立を学校給食に取り入れ紹介しました。（1月26日～30日）

献立名 バランスのよい献立作り

学級目標 中・高生に食生活の大切さを伝え、食生活の改善を促す。また、1日1食の献立を作成させる。

★下記の生徒のみなさんの献立を取り入れさせていただきました。ありがとうございました。

27日（水）伊波中1年 小島 真希さん 28日（木）豊見中2年 新野 悠太さん  
29日（金）伊波中1年 小島 真希さん 30日（金）豊見中2年 小島 真希さん

日	曜日	献立
6	火	ごはん、味噌汁、揚げたての揚げ物、デザート
7	水	ごはん、味噌汁、揚げたての揚げ物、デザート
8	木	ごはん、味噌汁、揚げたての揚げ物、デザート
9	金	ごはん、味噌汁、揚げたての揚げ物、デザート
13	火	ごはん、味噌汁、揚げたての揚げ物、デザート
14	水	ごはん、味噌汁、揚げたての揚げ物、デザート
15	木	ごはん、味噌汁、揚げたての揚げ物、デザート
16	金	ごはん、味噌汁、揚げたての揚げ物、デザート
19	月	ごはん、味噌汁、揚げたての揚げ物、デザート
20	火	ごはん、味噌汁、揚げたての揚げ物、デザート
21	水	ごはん、味噌汁、揚げたての揚げ物、デザート
22	木	ごはん、味噌汁、揚げたての揚げ物、デザート
23	金	ごはん、味噌汁、揚げたての揚げ物、デザート
26	月	ごはん、味噌汁、揚げたての揚げ物、デザート
27	火	ごはん、味噌汁、揚げたての揚げ物、デザート
28	水	ごはん、味噌汁、揚げたての揚げ物、デザート
29	木	ごはん、味噌汁、揚げたての揚げ物、デザート
30	金	ごはん、味噌汁、揚げたての揚げ物、デザート

★学校給食は皆さまが納める給食費からつくられます。納付期限は毎月10日となっております★  
※毎月10日までに納めるようにしましょう☆

令和8年1月 食品詳細献立表

豊見城市立学校給食センター  
電話(098) 850-4585

表示義務(特定原材料)7品目		アレルギー表示(特定原材料)7品目	
卵、小麦、落花生(ピーナッツ)、えび、そば、かに	その他	大豆、そば、えび、いか、いくら、オレンジ、きゅうい、バナナ、もも、りんご、山芋、くるみ、カシューナッツ、ごま、パイン、マンゴー、メロン、アーモンド、まぐろ、牛肉	その他
日	曜日	献立	アレルギー表示
6	火	ごはん、味噌汁、揚げたての揚げ物、デザート	大豆、小麦、落花生、えび、そば、かに
7	水	ごはん、味噌汁、揚げたての揚げ物、デザート	大豆、小麦、落花生、えび、そば、かに
8	木	ごはん、味噌汁、揚げたての揚げ物、デザート	大豆、小麦、落花生、えび、そば、かに
9	金	ごはん、味噌汁、揚げたての揚げ物、デザート	大豆、小麦、落花生、えび、そば、かに
13	火	ごはん、味噌汁、揚げたての揚げ物、デザート	大豆、小麦、落花生、えび、そば、かに
14	水	ごはん、味噌汁、揚げたての揚げ物、デザート	大豆、小麦、落花生、えび、そば、かに
15	木	ごはん、味噌汁、揚げたての揚げ物、デザート	大豆、小麦、落花生、えび、そば、かに
16	金	ごはん、味噌汁、揚げたての揚げ物、デザート	大豆、小麦、落花生、えび、そば、かに
19	月	ごはん、味噌汁、揚げたての揚げ物、デザート	大豆、小麦、落花生、えび、そば、かに
20	火	ごはん、味噌汁、揚げたての揚げ物、デザート	大豆、小麦、落花生、えび、そば、かに
21	水	ごはん、味噌汁、揚げたての揚げ物、デザート	大豆、小麦、落花生、えび、そば、かに
22	木	ごはん、味噌汁、揚げたての揚げ物、デザート	大豆、小麦、落花生、えび、そば、かに
23	金	ごはん、味噌汁、揚げたての揚げ物、デザート	大豆、小麦、落花生、えび、そば、かに
26	月	ごはん、味噌汁、揚げたての揚げ物、デザート	大豆、小麦、落花生、えび、そば、かに
27	火	ごはん、味噌汁、揚げたての揚げ物、デザート	大豆、小麦、落花生、えび、そば、かに
28	水	ごはん、味噌汁、揚げたての揚げ物、デザート	大豆、小麦、落花生、えび、そば、かに
29	木	ごはん、味噌汁、揚げたての揚げ物、デザート	大豆、小麦、落花生、えび、そば、かに
30	金	ごはん、味噌汁、揚げたての揚げ物、デザート	大豆、小麦、落花生、えび、そば、かに

## 食品詳細献立表

まいつき こんだてひょう め とお  
毎月の献立表やおたよりに目を通して  
ください



れいそうこ め ところ は いちどく  
冷蔵庫など目にしやすい所に張って、ご一読くださ  
い。給食を話の糸口に、その日の子どもの学校での  
ようす き  
様子を聞くこともできます。

か てい しょくいく じっせん ば  
ご家庭を食育の実践の場にしてくだ  
さい



も かた はいぜん た かた こんだて かんが かた  
はしの持ち方、配膳、食べ方、献立の考え方など、  
がっこう しょくいく つた こ まな  
学校で食育として伝え、子どもたちが学んだことを  
かてい けいぞく じっせん  
ご家庭でもぜひ継続して実践させてください。





きゅうしょくとうばん せきりよく ねが  
給食当番へのご協力をお願いします



じさん せんたく せんたく せんたく  
ハンカチ持参、つめ、マスクなど衛生管理にご協力  
ください。また給食当番の週の最後には、白衣等の  
洗濯、アイロンがけによる滅菌をお願いいたします。

せききよくてき てつだ  
積極的にお手伝いをさせてください



きゅうしょく ぜんいん じゅんび あとかたづ かてい  
給食では全員で準備、後片付けをします。ご家庭で  
もぜひ行わせてください。買い物や料理もできる  
範囲で積極的にお手伝いをさせてあげてください。

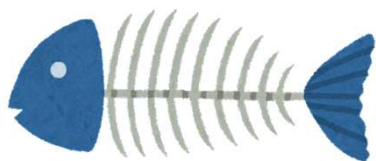


# ひとりでできるかな

たとえば…



みかんやオレンジなどの  
皮をむくことができる



骨のある魚でも、  
はしを使って上手に  
食べることができる



マヨネーズやジャム  
などの小袋をあける  
ことができる



お子さまのご入学を心より  
お待ちしております

