



4月 献立表

毎月19日は食育の日
19日は子どもと
食卓を囲んで、家庭で
食事を楽しみましょう！

天候等の都合により、献立・食材を変更する場合があります。

献立名	8 (月)	9 (火)	10 (水)	11 (木)	12 (金)
		大北小2～6年のみ 大北幼欠食 ジャム 豆腐の ミートローフ コッペパン 茎わかめ 和え物 りんご くふあ じゅーしー たけのこ シューマイ	大北幼欠食 ジャム 豆腐の ミートローフ コッペパン ヨーグルト あえ 野菜コンソメ スープ	お祝いゼリー パパイア サラダ ミート スパゲッテー ポテトグラタン	アーモンド ゆで卵 ブロッコリー サラダ 麦ごはん チキンカレー
	15 (月)	16 (火)	17 (水)	18 (木)	19 (金)
	ほうれん草の ごまあえ 肉じゃが 麦ごはん もずくスープ	アーモンド サラダ チキンライス パナナケーキ	大根と ちりめんサラダ あげパン 肉団子スープ	青菜の ツナ和え 焼きうどん 野菜コロッケ	甘夏 みかん マーミナー チャンプルー いわしの かんろ煮 麦ごはん かき玉汁
22 (月)	23 (火)	24 (水)	25 (木)	26 (金)	
厚揚げのきのこ 甘酢あんかけ なっとう みそ 麦ごはん クーリジシー	カップもずく 春きゃべつの 和え物 たけのこ ごはん 魚の てんぷら	チリコンカン トマト サラダ なかよしパン チャウダー あさり	きゅうりの 塩昆布あえ 沖縄風 やきそば ココア ヌガー	もも缶 八宝菜 麦ごはん 中華スープ	
29 (月)	30 (火)	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い時期でもあります。夜は早めに寝て、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、安全・安心で皆さんが楽しみになるような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、よろしくお願いいたします。1年間、よろしくお願いいたします。		※ なご産食材 ※ 4月の市内産食材 ・豚肉・鶏肉・鶏卵 ・ねぎ・にら・冬瓜 ・トマト・もやし ・セロリ・ピーマン ・ジャンボインゲン ・パパイア ・しめじ・えのきたけ 給食では、名護市内や県産、地元食材を中心に活用し、給食提供に努めています。	
	いよかん ゼリー 春巻き 桜ごはん きゃべつの ツナあえ				

学校給食について

学校給食とは
「学校給食法」に基づき、教育活動の一環として実施されるものです。成長期にある児童生徒の心身の健全な発達のため、栄養バランスのとれた食事を提供するとともに、望ましい食習慣と食に関する実践力を身につけさせるための重要な教材としての役割も担っています。

学校給食の目標

- 適切な栄養の摂取による健康の保持増進。
- 食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営む判断力や望ましい食習慣を養う。
- 明るい社会性と協同の精神を養う。
- 自然の恩恵への理解を深め、生命、自然を尊重する精神や環境の保全に寄与する態度を養う。
- 食生活が多くの人の勤労に支えられていることを理解し、感謝する。
- 伝統的な食文化を理解する。
- 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する。

※「学校給食法」第2条より抜粋・要約

新しい生活様式を踏まえた 給食時間の約束

- 教室内の換気、机の上の片付けなど、食事の環境を整えましょう。
- 給食の前後に、せっけんできれいに手を洗きましょう。
- 給食当番は必ず健康チェックをし、きちんと身じたくを整えましょう。
- マスクは、「いただきます」のあいさつの後に外し、マスク入れなどにしましましょう。
- 姿勢よく、前を向いて静かに食べましょう。
- 食べているときは、しゃべったり立ち歩いたりしないようにしましょう。

2024年 4月 詳細献立表

名護学校給食センター

★お知らせ★ 台風等の天候や材料の都合により、献立を変更することがあります。その際は、学校からの献立変更のお知らせをご確認ください。

日 曜 日	献立名	3つのグループ			調味料・だしなど
		赤 おもに血・肉・骨となる 1・2群 (たんぱく質・無機質)	緑 おもに体の調子を整える 3・4群 (ビタミン・無機質)	黄 おもに力や熱となる 5・6群 (炭水化物・脂質)	
9 火	くひあじゅー	豚肉 かまぼこ 昆布 大豆	椎茸 人参 ねぎ	米 麦 こめ油	塩 しょうゆ みりん 酒 豚だし骨
	たけのこシューマイ	たけのこシューマイ (乳 豚肉 小麦 大豆)			
	蓬わかめサラダ	蓬わかめ たら ツナ	きゅうり 人参 きゃべつ	三温糖	しょうゆ 青じそドレッシング (小麦 大豆)
	りんご		りんご		
10 水	コッパン		コッパン (小麦 乳 大豆)		
	ジャム	ジャム (りんご)			
	豆腐のミートローフ	豆腐 鶏肉 牛肉 大豆 脱脂粉乳 (乳)	玉ねぎ ピーマン	パン粉 (小麦 大豆) 三温糖 かたくり粉	塩 ナツメグ こしょう ケチャップ ウスターソース (大豆 りんご) デミグラスソース (小麦 鶏肉)
	野菜コンソメスープ	ミートボール (小麦 豚肉 大豆)	人参 玉ねぎ 大根 カリフラワー	じゃがいも	豚だし骨 塩 こしょう
	ヨーグルトあえ	ヨーグルト (乳)	バナナ みかん バイン		
11 木	ミートスパグッテ	牛肉 豚肉 大豆 豚レバー	玉ねぎ 人参 ピーマン しめじ にんにく トマト バジル	パスタ (小麦) 三温糖 こめ油	デミグラスソース (小麦 鶏肉) ケチャップ 赤ワイン 塩
	ポテトグラタン	ポテトグラタン (大豆)			
	ハワイヤサラダ	ささみチャンク (鶏肉)	ハワイヤ きゅうり コーン	三温糖	しょうゆ 梅ドレッシング (小麦 大豆) 塩
	お祝いゼリー	お祝いゼリー (大豆)			
12 金	麦ごはん			米 麦	
	チキンカレー	鶏肉 白花豆	人参 玉ねぎ グリンピース にんにく 生姜	こめ油 じゃがいも	カレーフレーク ウスターソース 鶏だし骨 塩 カレー粉
	ゆでたまご	たまご			
	ブロッコリーサラダ	ちくわ (小麦)	あお豆 コーン ブロッコリー	三温糖 ノンエッグマヨ さつまいも	塩 コールスロドレッシング
	アーモンド	アーモンド			
15 月	麦ごはん			米 麦	
	肉じゃが	牛肉	人参 玉ねぎ 木くらげ こんにゃく さやいんげん	じゃがいも 三温糖 こめ油	酒 しょうゆ みりん 花かつお
	ほうれん草のごまあえ		ほうれん草 きゃべつ 人参	白ごま 三温糖	しょうゆ 酢
	もずくスープ	もずく 豆腐	えのき 玉ねぎ	かたくり粉	塩 しょうゆ みりん 酒 花かつお
16 火	チキンライス	鶏肉	玉ねぎ 人参 マッシュルーム グリンピース	米 麦 こめ油 三温糖	塩 こしょう ケチャップ デミグラスソース (小麦 鶏肉) 白ワイン 豚だし骨
	アーモンドサラダ		ブロッコリー カリフラワー コーン	アーモンド 三温糖	サウザンドドレッシング
	バナナケーキ	たまご 牛乳	バナナ ウージ	小麦粉 (小麦) ホットケーキミックス (乳 小麦 大豆) グラニュー糖 マーガリン	ベーキングパウダー 塩
17 水	揚げパン	きな粉 (大豆)		コッパン (乳 小麦 大豆) 三温糖 アーモンド 大豆油 黒糖	
	肉団子スープ	肉団子 (鶏肉 小麦 大豆)	チンゲン菜 玉ねぎ 人参 パセリ にんにく 生姜	春雨	塩 こしょう 鶏だし骨 しょうゆ
	大根とチリメンサラダ	ちりめんじゃこ 蓬わかめ	大根 トマト パパイア バジル シークワサー	オリーブ油 三温糖	塩 こしょう 酢 しょうゆ
18 木	焼きうどん	豚肉 かまぼこ	キャベツ 玉ねぎ 人参 ほうれん草 長ネギ	うどん (小麦) こめ油 三温糖	塩 しょうゆ みりん 酒 中華あじ (牛肉 豚肉 鶏肉 ゼラチン)
	野菜コロッケ	野菜コロッケ (乳 小麦 大豆) 大豆油			
	青菜のツナ和え	わかめ 糸けずり ツナ	小松菜 白菜 人参	三温糖	しょうゆ 酢 塩
19 金	麦ごはん			米 麦	
	いわしの甘露煮	いわしの甘露煮 (小麦 大豆)			
	かき玉汁	たまご たら	えのきたけ ねぎ	かたくり粉	塩 しょうゆ 酒 花かつお
	マーミナーチャンプルー	豆腐 ツナ	もやし 人参 からし菜	こめ油	塩 こしょう しょうゆ
	甘夏みかん		甘夏みかん		
22 月	麦ごはん			米 麦	
	なっとうみそ	納豆 (大豆) ツナ 赤みそ 白みそ	しょうが	三温糖 白ごま	
	クーリジシー	たまご 豚肉 カステラかまぼこ (小麦 大豆)	冬瓜 しいたけ ねぎ		塩 しょうゆ 酒 豚だし骨 花かつお
	厚揚げのきのご甘酢あんかけ	厚揚げ	しめじ えのきたけ ねぎ 小松菜 玉ねぎ	三温糖 かたくり粉	しょうゆ みりん 酢 花かつお 塩
23 火	たけのこごはん	豚肉 ベーコン	しめじ 人参 玉ねぎ たけのこ ピーマン にんにく 生姜 コーン	米 麦 こめ油 マーガリン	塩 こしょう しょうゆ 豚だし骨
	魚天ぷら	たまご ホキ 青のり		小麦粉 (小麦) 大豆油	塩
	カップもずく	カップもずく (大豆)			
	香キャベツの和え物	ささみチャンク (鶏肉)	きゃべつ 切干大根 人参	ごま ごま油 三温糖	塩 しょうゆ 酢
24 水	なかよしパン			なかよしパン (小麦 乳 大豆)	
	チリコンカン	金時豆 豚肉 豚レバー ひよこ豆	玉ねぎ 人参 にんにく	こめ油	ケチャップ ウスターソース (大豆 りんご) トマトソース (大豆) チリパウダー チリミックス (小麦 乳 豚肉) 塩
	あさりチャウダー	牛乳 あさり 脱脂粉乳 (乳) 白花豆 チーズ (乳)	グリンピース 人参 玉ねぎ	じゃがいも 小麦粉 マーガリン こめ油	塩 こしょう 豚だし骨 ローレル カレー粉
	トマトサラダ		トマト 大根 大葉		和風ドレッシング
25 木	沖縄風焼きそば	豚肉 ちきあぎ イカ 青のり	玉ねぎ 人参 きゃべつ 木くらげ もやし にら	沖縄そば (小麦 大豆) こめ油	塩 こしょう 中濃ソース ウスターソース (大豆 りんご)
	きゅうりの塩昆布和え	昆布	きゅうり 人参 白菜	白ごま ごま油 三温糖	しょうゆ
	ココアヌガー		レーズン チェリー ラズベリー ブルーベリー	アーモンド マシュマロ (ゼラチン) コーンフレーク 三温糖	ココア
26 金	麦ごはん			米 麦	
	八宝菜	豚肉 いか	白菜 人参 たけのこ 椎茸 きぬさや 生姜	こめ油 かたくり粉	しょうゆ オイスターソース みりん 塩
	中華スープ	たまご 豆腐	チンゲン菜 コーン 人参 大根	かたくり粉	しょうゆ 塩 豚だし骨
	もも缶		眞桃缶 (もも)		
30 火	椎ごはん	豚肉 油揚げ	人参 れんこん しいたけ こんにゃく ねぎ	米 麦 こめ油	椎ごはん (小麦 大豆 鶏肉) 塩 しょうゆ みりん 酒 豚だし骨
	春巻き	春巻き (小麦 ごま 大豆 鶏肉 豚肉 ゼラチン) 大豆油			
	キャベツのツナ和え	ツナ たら	キャベツ 人参	三温糖	しょうゆ 酢
	いよかんゼリー	いよかんゼリー			

※予定詳細献立表は、食品表示法に定められている**28品目**のみとなっています。

乳・卵・小麦・そば・ピーナッツ・えび・かに・あわび・いか・いくら・オレンジ・キウイフルーツ・牛肉・くるみ・さけ・さば・大豆・鶏肉・豚肉・まつたけ・もも・やまいも・りんご・ゼラチン・バナナ・ごま・カシューナッツ・アーモンド の表示をしています。

※揚げ油(大豆)は、揚げ調理で複数回の調理に使用しています。 ※もやし・枝豆・あお豆の原料は、大豆です。 ※もずく・あおさ・のり等の海藻類や、アサリ等の二枚貝、しらす等の小魚類には、**いかにえびかに**の稚魚が混入していることがあります。

《よく使用する調味料のアレルギーの一覧》

- ①醤油、薄口醤油(小麦・大豆) ②酢・特濃酢・ワインビネガー(小麦) ③ウスターソース(大豆・りんご) ④カレーフレーク(小麦・大豆・牛肉・鶏肉) ⑤豆腐・豆乳・おから・赤みそ・白みそ・麦みそ・甘口みそ・油あげ・厚揚げ・大豆油(大豆) ⑥デミグラスソース(小麦・鶏肉) ⑦マーガリン(乳・大豆) ⑧バター(乳) ⑨ごま油(ごま・大豆) ⑩ノンエッグマヨネーズ(大豆) ⑪鶏だし骨(鶏肉・卵) ⑫豚だし骨(豚肉)