



食品群	体内ではたらし
赤の食品	血やにく、骨をつくる
黄の食品	働く力や体温となる
緑の食品	体の調子をどとのえる

学校給食の栄養基準量		C=エネルギー	P=タンパク質	F=脂質
	小学校	650	21.1~32.5	14.4~21.7
中学校	830	27.0~41.5	18.4~27.7	

※材料・天候によって献立を変更することがあります。
※児童生徒の給食費(小学校5000円、中学校5400円)は市が負担しています。

こ ん だ て	給食を食べる前にきちんと手を洗っていますか? 手はよごれていなくても、目に見えない菌やウイルスがついていることがあります。その菌が体の中に入らないように、しっかりと手を洗きましょう!	1(水) やさしいため さばゆずみそに ごはん けんちんじる	2(木) かぼちゃとアーモンドサラダ わふうどうぶつみやき コッペパン ほうれんそうのクリーム	3(金) 憲法記念日 あげぱんのおしらせ 東小・久松小中 西辺小中・北小中 狩俣小中・池間小中 学校のみなさんへ 1学期の揚げパンは、6月に出す予定です。 6月の献立をお楽しみに♪	
	★欠食予定★ 1日(水) 久松小 2日(木) 平一小全、東小全、西辺中全、池間小中全 24日(金) 北小全 27日(月) 池間小中全 29日(水)~31日(金) 西辺小6年、狩俣小5・6年				
	あかき				
	みどり				
	小学校 中学校				
こ ん だ て	6(月) ふりかえ休日 5月5日は、 こどもの日 こどもたちの成長を祝ってこのばりを飾ったり、柏餅を食べたりします。	7(火) 【こどもの日献立】 ミニかしわもち さんまかんろに わかたけごはん だいこんうめかつおあえ	8(水) 【ゴーヤーの日】 ゴーヤーのツナマヨサラダ にくだんごのあまずあん ごはん はるさめスープ	9(木) オレンジ パパイヤのごまサラダ ヤファラジュシー みそきんぴら	10(金) くるまふとりにくのナゲット スパゲティナポリタン かぼちゃとまめのサラダ
	あかき				
	みどり				
	小学校 中学校				
こ ん だ て	13(月) 【アセロラの日献立】 アセロラゼリー コーンしゅうまい ちゅうかおこわ バンサンスー	14(火) ゴママヨサラダ わふうにくだんご こくとうパン トマトスープ	15(水) 【本土復帰献立】 せんぎりイリチー いもくじてんぷら ごはん もずくのみそしる	16(木) コールスローサラダ はなやさいソテー コッペパン コーンポタージュ	17(金) おかかあえ きんぴらにくだんご ごはん にくじゃが
	あかき				
	みどり				
	小学校 中学校				
こ ん だ て	20(月) オレンジ はつがげんまいひらつくね キャロットピラフ キャベツサラダ	21(火) キャロットサラダ カラフルソテー コッペパン かぼちゃスープ	22(水) キャベツとコーンのあまずあえ ちぐさやき ごはん とうがんブシ	23(木) オレンジ ほうれんそうのナムル ちゅうかりゾット さばたつたあげ(小1、中2)	24(金) こんさいひらつくね うちなーやきそば タンカンサラダ
	あかき				
	みどり				
	小学校 中学校				
こ ん だ て	27(月) さばしおやき とりごぼうごはん はりはりづけ	28(火) コッペパン・おうとう・チョコジャム(東小・北小中・西小中・狩俣小中・池小中・久小中) れんこんのマリネ あげパン(平一小・南小・平良中・鏡小中) チキンとひよこまめのスープ	29(水) フルーツしらたま マーボーなすどん ごはん きのこスープ	30(木) はくさいサラダ オムレツのチリソースかけ コッペパン さつまいもポトフ	31(金) りんご たくあんあえ ごはん ポークカレー
	あかき				
	みどり				
	小学校 中学校				

※主食のごはんは「富士パン」「いちば」に製造配送を委託しています。
(炊き込みごはん・ジュシー・リゾット・ヤファラジュシー等は平良調理場で作っています)
※パン類は「富士パン」「渡久山製パン」に製造配送を委託しています。