

令和6年

6月 のよていこんだてひょう

※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「詳細献立表」で

内容を必ず確認しましょう。家庭・学級においても毎日確認してください。

食品群	体内でのはたらき
赤の食品	血や肉、骨をつくる
黄の食品	働く力や体温となる
緑の食品	体の調子をととのえる

座間味村立学校給食共同調理場

TEL: 098-987-2707

FAX: 098-987-2707

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~ 14.4~ 32.5 21.7
中学校	830	27.0~ 18.4~ 41.5 27.7	

こ ん だ て	3(月)	4(火) 虫歯予防デー献立	5(水)	6(木)	7(金)
	ちくぜんに むぎごはん たまねぎのみそしる	かみかみアーモンドあえ くるまふ、ナゲット さかな そうめんじる げんまいごはん	はっぽうさい ごはん チンゲンサイのスープ	ごぼうチップス カレーピラフ トマたま スープ	すみそあえ ごはん とうがんの つけ
あか	牛乳、わかめ、みそ、とり肉	牛乳、魚そうめん、くるま麩と鶏肉のナゲット	牛乳、ぶた肉、いかうすらの卵、ハム	牛乳、とり肉、ベーコン、たまご	牛乳、ぶた肉、厚揚げ、みそチキアギ、こんぶ、たこ、わかめ、
き	米、大麦、こめ油、三温糖、ごま油	米、玄米、アーモンド、ごま	米、こめ油、三温糖、ごま油、でんぶん	米、大麦、こめ油、バター、小麦粉、でんぶん、大豆油	米、三温糖
みどり	玉ねぎ、小松菜、れんこん、にんじん、ごぼう、しいたけ、たけのこ、こんにゃく、いんげん	しいたけ、だいこん、にんじん、きゅうり	にんじん、玉ねぎ、白菜、キラゲ、しいたけ、たけのこ、チンゲン菜、長ねぎ	コーン、マッシュルーム、玉ねぎ、ごぼう、バナナ	とうがん、にんじん、いんげん、こんにゃく、しいたけ、大根、きゅうり
こ ん だ て	10(月) グングアチグニチー	11(火)	12(水)	13(木) 座間味校5・6年 阿嘉校3~6年欠食	14(金) 座間味校5・6年 阿嘉校3~6年欠食
	うじらどうふ もちきびごはん なかみじる	かんぴょうイリチー うめじゃこ ごはん イナムドウチ	まめポテトサラダ オムレツ めんたいこスパゲティー	タコライス ジュリエンヌスープ	チンジャオロースー むぎごはん ちゅうかスープ
あか	牛乳、ぶた肉、ぶた中味、かまぼこたまご、とうふ、魚すり身、もずく	牛乳、しらす、ぶた肉、かまぼこみそ、こんぶ、厚揚げ、チキアギ	牛乳、ベーコン、たらこ、オムレツ、のりチーズ、ベーコン	牛乳、豚肉、豚レバー、大豆、タコライス	牛乳、ぶた肉
き	米、もちきび、でんぶん、大豆油	米、大麦、ごま、こめ油、三温糖	スパゲティー、オリーブ油、ハター、じゃがいも、ごめ油	米、大麦、はるさめ、こめ油、	米、大麦、はるさめ、こめ油、さとう、でんぶん
みどり	ねぎ、しいたけ、こんにゃく、あお豆にんじん、しょうが	梅、小松菜、こんにゃく、にんじん、しあわせ、ねぎ、かんぴょう	にんじん、たまねぎ、ビーマン、にんにく、ジャダ、マッシュルーム、あお豆、きゅうり、コーン	にんじん、たまねぎ、にんにく、キャベツ	にんじん、しいたけ、白菜、チンゲン菜、にら、青ビーマン、たけのこ、玉ねぎ、きくらげ
こ ん だ て	17(月)	18(火)	19(水)	20(木) 琉球料理の日 慰靈の日献立	21(金)
	ウンチーいため げんまいごはん アーサのみそしる	なすのみそしる もずくどん	グリーンサラダ とうがんのはいがパン ポタージュ	やきいも にんじん ボロボロジューシー	さかなの ごまてりやき ごはん けんちんじる
あか	牛乳、アーサー、とうふ、みそ ぶた肉、厚揚げ	牛乳、ぶた肉、だいす、レバー、もずく、油揚げ、みそ	牛乳、脱脂粉乳、とり肉 ベーコン	牛乳、ぶた肉、もずく、ツナ、たまご	牛乳、とうふ、ひじき、とり肉
き	米、玄米、こめ油、ごま油 でんぶん	米、大麦、ごま、こめ油、さとう、でんぶん	小麦粉、はいが、三温糖 バター、じゃがいも、ごめ油	米、大麦、ごめ油、さつまいも	米、さといも、こめ油、ごま
みどり	大根、にんじん、えのき、ねぎ、玉ねぎ ウンチー葉(くうしんさい)、赤ビーマン	玉ねぎ、にんじん、青ビーマン、コーン、なす、えのき、ほうれん草	とうがん、にんじん、玉ねぎ、バセリ、ブロッコリー、いんげん、あお豆、黄ビーマン	大根、にんじん、小松菜、しいたけ ねぎ、玉ねぎ、にら	にんじん、大根、ほうれん草 ねぎ、小松菜、れんこん、コーン
こ ん だ て	24(月)	25(火)	26(水) 慶留間校:小欠食	27(木) 慶留間校:小欠食	28(金)
	なすみそいため むぎごはん とりだんごじる	おからサラダ しまやさいカレー	マカロニサラダ チキンととうがん まるパン のトマトに	りんご ごーやー ちゃんぶるー おきなわそば	いそかあえ やきサバの ごはん みそしる
あか	牛乳、ミートボール、ぶた肉、みそ	牛乳、とり肉、レバー、脱脂粉乳、おから、ツナ	牛乳、脱脂粉乳、とり肉、大豆 ミックスブレインズ	牛乳、チキアギ、ぶた肉 とうふ、たまご	牛乳、ぶた肉、とうふ、わかめ、みそ、きびなご、とり肉、のり
き	米、こめ油、さとう、でんぶん	米、大麦、ごめ油、じゃがいも、マヨネーズ	こむぎご、三温糖、バター、じゃがいも ごめ油、マカロニ、マヨネーズ	沖縄そば、ごめ油	米、でんぶん、三温糖
みどり	にんじん、大根、ほうれん草、えのき、なす、玉ねぎ、いんげん	にんじん、玉ねぎ、とうがん、なす、へちま ごーやー、コーン、あお豆、ブルーン	玉ねぎ、にんじん、とうがん、いんげん 黄ビーマン、マッシュルーム、きゅうり、スッキニ	にんじん、玉ねぎ、キャベツ ねぎ、ゴーやー、もやし、りんご	へちま、白菜、ねぎ、きくらげ、玉ねぎ、コーン 赤ビーマン、キャベツ、にんじん、ごまつな
こ ん だ て	きゅうしょくもくひょう 今月の給食目標 食事の衛生に き 気をつけよう	はくち けんこうしゅうかん 食育月間・歯と口の健康週間 食べかたチェック！をしてみよう	チェックがついた人は、よくかない、またはよくかないひとかもしれません。よくかないない人は、かむことをいきしましょう。よくかない人は、歯医者さんにうだんしてみましょう。(?)	沖縄県学校給食会・沖縄県学校栄養士会 共催 R6年度 食と子どもの健康展 島尻地区	
	あか き みどり			●開催予定日 令和6年7月13日(土)~15日(月) ●場所 南風原イオン1階 衣料店前 ※13・15(土・月)は展示のみ、14(日)は栄養士の先生が立ち合 いあり！時間・内容詳細は7月献立表にてお知らせします♪	
食と子どもの健康展特設サイト					
過去のオンライン展示、QRコードからアクセスできます。					
					

※材料・天候によって献立を変更することがあります。