

# 3月の予定献立表

※ 材料、そのほかの都合により献立を変更することがあります。  
 ※ 魚、肉類(鶏・牛・豚)には、骨がある可能性がありますので、よくかんで気を付けて食べましょう。  
 ※ 食事の際は、注意してよくかんで食べましょう。



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

## 3月

●食に関する指導目標 ★給食指導目標

●★『1年間の給食をふりかえろう』

1年間、給食時間をどうぞごしましたか？  
給食だよりにのせている『チェックシート』を使って、1年間の給食をふり返ってみましょう！できなかった項目は、これから意識して取り組んでみましょう。

『♥』マークがついた料理は、2月に引き続き小学6年生と中学3年生のリクエストメニューです。

『♥おいしいケーキ』は『卵・乳・小麦粉』不使用のケーキです。クラスみんなでおいしく楽しく食べましょう♪

こんだて	2(月) ♡受験生応援メニュー いよかんゼリー きんぴられんこん とんかつ むぎごはん とうふのみそしる	3(火) ひな祭り 献立 ひなあられ キャベツのごまあえ さばのゆずみそに ちらしずし なかみじる	4(水) ♥リクエストメニュー ベビーチーズ ツイストパン チキンラトウユ ココアアーモンドあげパン(小学校) にくだんごスープ ♥全小学校	5(木) ♥リクエストメニュー いちごクレープ(小学校のみ) やさいはるまき チャーハン はるさめサラダ ♥宮城小・当山小	6(金) ♥中3卒業おめでとう おいしいケーキ(中学校のみ) ブロッコリーサラダ ごはん チキンカレー ♥浦添小・浦添中・仲西中・神森中 欠食: 当山小6年・宮城小6年
	小学校 E 605 P 21.6 F 12.2	E 645 P 26.9 F 20.4	E 660 P 24.6 F 29.8	E 789 P 20.8 F 26.9	E 687 P 21.6 F 21.6
中学校 E 725 P 24.5 F 15.8	E 805 P 31.9 F 27.2	E 701 P 30.3 F 27.4	E 819 P 27.6 F 36.0	E 923 P 28.1 F 27.0	

こんだて	9(月) 1年間の給食をふりかえろう とうにゅうプリンタルト ミニケチャップ オムライス(たまごやき) ジャーマンポテト 中学校 振替休	10(火) ♥リクエストメニュー りんご ぎゅうどん むぎごはん なめこのみそしる	11(水) ♥リクエストメニュー ♥浦添小・宮城小・仲西小 ♥パニリアイス いそべさきあげ わふうスパゲティ かいそうのあえもの	12(木) 沖縄料理を味わおう やさいチャンプルー うめアングンスー きびごはん シカムドゥチ	13(金) ♥リクエストメニュー ♥ドライカレー しるみざかなフライ ♥ナン コーンポタージュスープ ♥当山小
	小学校 E 710 P 22.4 F 30.5	E 626 P 27.8 F 17.0	E 658 P 25.0 F 21.3	E 613 P 22.3 F 20.8	E 720 P 29.3 F 35.5
中学校 E 746 P 32.8 F 19.1	E 810 P 30.7 F 27.5	E 810 P 30.7 F 27.5	E 731 P 26.1 F 23.7	E 782 P 31.4 F 39.1	

こんだて	16(月) ♥リクエストメニュー デコポン きびごはん わかめとはるさめのスープ	17(火) ♥小6卒業おめでとう ♥おいしいケーキ(小学校) ♥宮城小 いちごクレープ カラフルサラダ ごはん チキンストロガノフ	18(水) 1年間の給食をふりかえりました とうにゅうプリンタルト ミニケチャップ オムライス(たまごやき) ジャーマンポテト	19(木) 修了式・離任式 <b>修了式</b>	<h2 style="color: green;">春休み</h2> <p>(3/20~4/8)</p> <h2 style="color: blue;">始業式</h2> <p>4月9日(木) 小学校: 2~6年 中学校: 2~3年 ◎給食あり</p>
	小学校 E 621 P 23.3 F 17.8	E 763 P 23.6 F 21.8	E 791 P 24.5 F 33.2	小学校 卒業式 (給食なし) E 738 P 27.3 F 20.1	
中学校 E 738 P 27.3 F 20.1	E 867 P 26.1 F 27.2	E 791 P 24.5 F 33.2			

## 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、いろいろ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。

こんだて	4月9日(木) 始業式 せんぎりイリチー べにいもだんご ゆかりごはん イナムドゥチ
	小学校 E 666 P 21.2 F 19.3
中学校 E 768 P 24.1 F 21.0	

※給食費は全て食材費に充てられています。納め忘れがないか、ご確認をお願いいたします。  
 ※毎月の浦添市のホームページに給食使用食材の産地公表と給食写真の掲載をしています。  
 ※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・学校においても毎日確認して、誤食に注意しましょう。

ていだんサンサン 食べたらがんじゅう 沖縄産!

地産地消! 沖縄

給食ページへ GO!