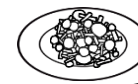
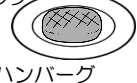
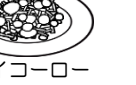
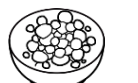
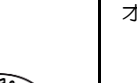
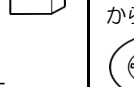
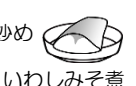
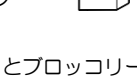




5月 こんだてひょう

欠食がある時は
学校名表示金武町立学校給食センター
☎968-2640

材料、その他の都合により献立を変更することがあります。変更があった場合には学

こ ん だ て	元気の基本! 早寝・早起き・朝ごはん 新年度が始まってひと月がたち、1年生もだんだんと給食に慣れてきた様子がうかがえます。毎日を元気に過ごすためには、食事と睡眠をしっかりとることが基本です。特に1日の始まりの食事である「朝ごはん」は、眠っていた脳と体を目覚めさせ、活動を始めるためのエネルギーになるとともに、規則正しい生活リズムを整えるなど、重要な役割を果たしています。朝ごはんを食べる習慣がない人は、何か1品でも食べることから始めてみましょう。		1(水) 子どもの日によせて  さばシークワサーみそ焼き  たけのこごはん うめかつおあえ 牛乳 さば みそ しらす干し けずりぶし 精白米 麦 三温糖 こめ油 ごま ミニ柏餅 人参 こんにゃく 干しいたけ たけのこ グリンピース シークワサー 大根 きゅうり グリンピース うめ		2(木)金武小 嘉芸小 中川小 欠食  マセドアンサラダ  チキンの香草焼き  コッペパン 県産きのこのスープ 牛乳 ベーコン 白花豆 白いんげん豆 鶏肉 チーズ レッドキドニー パン 小麦粉 バター 油 ジャがいも 三温糖アーモンド 玉ねぎ 人参 はくさい セロリ しめじ エリンギ きゅうり コーン		5月 金武町生産食材 パパイア キャベツ 豆腐 にとら 学校給食では金武町内 生産食材、沖縄県産食材 を中心に活用し給食を提 供しています。			
	あか									
	き									
	みどり									
こ ん だ て			7(火)  ほきのチーズマヨ焼き  ビーンズサラダ スパゲティミートソース 牛乳 大豆たんぱく 牛肉 豚肉 鶏しバー ハム 大豆 いんげん豆 ひよこ豆 チーズ ほき スパゲティ オリーブ 三温糖 こめ油 ドレッシング 玉ねぎ 人参 ピーマン トマト 赤ピーマン コーン きゅうり キャベツ 黄ピーマン		8(水) ゴーヤーの日  オレンジ ゴーヤーチップス  とうふチャンプル くふあじゅーしー 牛乳 豚肉 ひじき ベーコン 豆腐 精白米 麦 油 でん粉 米粉 干しいたけ 人参 えだまめ キャベツ 玉ねぎ たら ゴーヤー パナナ		9(木) スライスチーズ  コールスローサラダ  ハンバーグ パイン風味ソース  バーガーパン 野菜たっぷりトマトスープ 牛乳 鶏肉 ベーコン ハム ハンバーグ チーズ パン 三温糖 ジャがいも ドレッシング 玉ねぎ 冬瓜 人参 赤ピーマン トマト パイン缶		10(金)  ごまじゃこサラダ  キャベツ入りつくね  麦ごはん 冬瓜のそぼろ煮 牛乳 厚揚げ 豚肉 鶏しバー つくね しらす干し わかめ 精白米 麦 三温糖 でん粉 油 ごま 冬瓜 にんにく 人参 玉ねぎ 干しいたけ いんげん小松菜 きゅうり もやし	
	あか									
	き									
	みどり									
こ ん だ て	13(月)  ぎょうざ  ホイコーロー  麦ごはん 春雨スープ 牛乳 鶏肉 豚肉 きょうざ みそ 精白米 麦 春雨 こま油 三温糖 油 ごま 人参 しめじ きくらげ 小松菜 キャベツ 玉ねぎ ピーマン 長ねぎ ピーマン にんにく しょうが オレンジ		14(火)  ヨーグルト  かぼちゃてんぷら  焼きうどん 切干大根の和え物 牛乳 豚肉 あぶら揚げ ちくわ ヨーグルト うどん 油 三温糖 こま油 しめじ 干しいたけ 玉ねぎ 人参 白菜 ほうれん草 にんにく 切り干し大根 きゅうり かぼちゃ		15(水) 本土復帰記念日によせて  小松菜の和え物  きびなこのから揚げ  芋ごはん シカムドゥチ 牛乳 豚肉 さつまいも きびなこ わかめ ツナ 精白米 麦 さつまいも でん粉 米粉 油 こま油 ごま 冬瓜 こんにゃく もやし 小松菜 人参 にんにく		16(木)  オレンジ パパイアサラダ  パパイアサラダ チリコンカン  コッペパン 麦とやさいスープ 牛乳 鶏肉 ベーコン 豚肉 大豆たんぱく レッドキドニー パン ジャがいも 大麦 三温糖 油 キャベツ セロリ 人参 玉ねぎ にんにく パパイア きゅうり 黄ピーマン オレンジ		17(金)  フルーツボンチ  ひきじのナムル  麦ごはん マーボー豆腐 牛乳 豆腐 豚肉 鶏しバー 大豆たんぱく みそ ひじき こま油 精白米 麦 油 こま油 でん粉 ごま 人参 玉ねぎ たら にんにく しょうが 小松菜 もやし アロエ パイン缶 みかん缶 黄桃缶 ぶどう缶	
	あか									
	き									
	みどり									
こ ん だ て	20(月) 金武中 欠食  肉野菜の生煮いため  あかうおの塩こうじ焼き  麦ごはん もすくのすまし汁 牛乳 豆腐 もすく 豚肉 赤魚 精白米 麦 三温糖 油 人参 ねぎ しょうが キャベツ 玉ねぎ もやし しめじ えだまめ		21(火)  中華ぽてと  中華ぽてと 塩焼きそば ごぼうサラダ 牛乳 豚肉 鶏肉 沖縄そば こま油 ごま 三温糖 油 中華ぽてと キャベツ もやし 人参 たら きくらげ ごぼう きゅうり コーン		22(水)  オレンジ  ほうれん草オムレツ ジャーマンポテト  コーンと枝豆ピラフ 牛乳 鶏肉 ベーコン オムレツ 精白米 麦 ジャがいも 油 玉ねぎ コーン えだまめ にんにく 人参 ピーマン オレンジ		23(木)  バナナ  ブロッコリーソテー チキンのトマト煮  あげパン 牛乳 きな粉 スキムミルク 鶏肉 大豆 豚肉 パン 油 ジャがいも 三温糖 黒糖 玉ねぎ 人参 なす ピーマン トマト にんにく 黄ピーマン ブロッコリー		24(金)  からしなのおかか和え  からしなのおかか和え さばのごま風味焼き  麦ごはん けんちん汁 牛乳 豆腐 さば しらす けずりぶし 精白米 麦 里芋 こま 三温糖 ごぼう 人参 大根 干しいたけ ねぎ からしな ほうれん草 キャベツ	
	あか									
	き									
	みどり									
こ ん だ て	27(月) 嘉芸小 欠食  オレンジ パパイアと豚肉の炒め  いわしみそ煮  麦ごはん わかたけ汁 牛乳 豆腐 わかめ いわし 豚肉 さつまあげ 精白米 麦 こま油 油 ごま たけのこ えのきたけ しょうが 人参 パパイア いんげん		28(火)  黒糖スコーン  ポテトとブロッコリーのサラダ  じゃこのあさりのスパゲティ 牛乳 しらす あさり ヨーグルト スパゲティ 油 ジャがいも 小麦粉 三温糖 黒糖 バター キャベツ 人参 小松菜 長ねぎ にんにく 梅 ブロッコリー きゅうり コーン 赤ピーマン		29(水)  パインゼリー  あげだし豆腐  かやくごはん くきわかめの和え物 牛乳 鶏肉 油あげ こんにゃく 豆腐 わかめ しらす 精白米 麦 こま油 米粉 でん粉 三温糖 ごま 人参 ごぼう 干しいたけ ごぼう えだまめ ねぎ きゅうり 大根		30(木)  チーズ ビタミンサラダ  魚のマスタード焼き  あみパン マッシュルームスープ 牛乳 鶏肉 ベーコン 白いんげん豆 ほき ツナ チーズ パン 小麦粉 バター 三温糖 玉ねぎ 人参 マッシュルーム 赤ピーマン 黄ピーマン コーン ゴーヤー キャベツ きゅうり		31(金) 中体連応援献立  とんかつ  べったら漬  麦ごはん 米粉のやさいカレー 牛乳 豚肉 精白米 麦 ジャがいも 三温糖 油 ごま 玉ねぎ 人参 ピーマン しめじ にんにく りんご はくさい 大根漬	
	あか									
	き									
	みどり									