



3月 こんだてびょう

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校にお知らせします。

4月 1年間の振り返りをしよう! 3月

日ごとに寒さが和らぎだんだんと春に近づいてきました。いよいよ今年度もあと少しで終了です。給食センターでは、勉強やスポーツを一生懸命に頑張るみなさんの心と体の栄養になるようにと力を合わせ愛情をこめておいしい給食づくりに取り組んできました。今のクラスで給食を食べる日も残りわずかですが、楽しい給食時間を過ごしてくださいね。また、一年間を振り返り新しい学年で挑戦したいことを考えてみましょう。

1年間をふりかえろう



こんだて	3(月) ひなあられ いわし生姜煮 肉野菜の生姜いため 麦ごはん もずくのすまし汁	4(火) 金武中3年・嘉芸小4年欠食 赤魚の香草焼き かぼちゃサラダ スパゲッティナポリタン	5(水) 金武中3年・金武小2年 欠食 オレンジ 大豆と豆腐のフライ とりめし アーモンド和え	6(木) 金武小1年生 欠食 ごぼうサラダ キャベツのスープ煮 あげパン	7(金) 金武小3年・金武中 欠食 バナナ ひじきいため じゃんぼおにぎり (麦ごはん・油みそ・のり)
あか	牛乳 もずく 豆腐 いわし 豚肉	牛乳 豚肉 ベーコン 赤魚 チーズ	牛乳 鶏肉 大豆と豆腐のフライ	牛乳 きなこ スキムミルク 鶏肉	牛乳 ツナ みそ のり 鶏肉 ひじき 豚肉 大豆 油揚げ
き	米 麦 こめ油 三温糖	スパゲティー 油 じゃがいも ノンエッグ マヨネーズ 三温糖 デミグラスソース	米 麦 油 アーモンド 三温糖	パン 油 黒糖 三温糖 アーモンド ごま じゃがも	米 麦 アーモンド 三温糖 こめ油
みどり	しょうが ねぎ キャベツ 玉ねぎ 人参 もやし しめじ えだまめ 冬瓜 シュガーグリーン	玉ねぎ 人参 しめじ ほうれん草 ビーマン にんにく パセリ かぼちゃ きゅうり	こんにゃく 人参 ごぼう しいたけ えだまめ もやし キャベツ 小松菜 オレンジ	キャベツ 玉ねぎ 人参 ごぼう きゅうり	大根 人参 小松菜 にら こんにゃく パナナ
こんだて	10(月) 金武中3年 欠食 きゃべつの和え物 豚肉丼 (麦ごはん) もずくスープ	11(火) 金武中3年 欠食 オレンジ かぼちゃひき肉フライ 焼きそば 大根の梅肉和え	12(水) 金武中3年 欠食 田芋パイ 豚肉と厚揚げの炒め キムタクごはん	13(木) 各小6年・金武中3年 欠食 白身魚フライ キャベツのピクルスあえ バーガーパン ミネストローネ	3月 金武町生産食材 ねぎ にら しいたけ 豆腐 とうがん シュガーグリーン 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	牛乳 豚肉 もずく 豆腐 しらす干し	牛乳 豚肉 さつまあげ 鶏肉	牛乳 豚肉 厚揚げ	牛乳 鶏肉 ベーコン 白身魚	
き	米 麦 油 三温糖 ごま ごま油	沖縄そば ごま油 こめ油 三温糖	米 ごま油 三温糖 こめ油 肉まん 麦	パン じゃがいも こめ油 エッグケア 三温糖	
みどり	玉ねぎ 人参 ごぼう こんにゃく しょうが えのきだけ ねぎ キャベツ きゅうり ほうれん草	人参 玉ねぎ キャベツ もやし にら 大根 きゅうり オレンジ カボチャ	玉ねぎ 人参 しめじ 白菜キムチ グリンピース たくあん キャベツ ビーマン 長ねぎ にんにく	トマト 玉ねぎ 白菜 人参 にんにく キャベツ きゅうり ピクルス	

あなたの食生活は!?

食生活チェックシート

自分の食生活を振り返り、「はい」か「いいえ」に○を付けましょう。

 はい ・ いいえ	 はい ・ いいえ	 はい ・ いいえ
 はい ・ いいえ	 はい ・ いいえ	 はい ・ いいえ
 はい ・ いいえ	 はい ・ いいえ	 はい ・ いいえ

「はい」が7～9個 金 すばらしい!	「はい」が4～6個 銀 あと一步!	「はい」が1～3個 銅 がんばって!	「はい」が0個 残念...
--------------------------	-------------------------	--------------------------	------------------

卒業おめでとう

中学3年生のみなさん、卒業おめでとうございます。これまで9年間食べてきた給食も今月で最後となります。給食を通して出会った食材の組み合わせや給食で学んだ食べ物や食べ方についての知識や経験を、学校給食の楽しい思い出とともに、毎日の食生活をより良いものにしてほしいと願っています♪

1年間ありがとうございました。

給食は美味しかったですか？
完食するために苦手なものにもチャレンジして、食べてくれた皆さん！ありがとうございます♪
皆さんが食べたもので皆さんは大きくなります。その成長が給食センターの大きな励みになっています。来年度も安全でおいしい給食を提供できるよう努めていきます。

