

### 5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。



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

こ ん だ て	1(月)こどもの日はたけのこ	2(火)朝食でめざましスイッチオン	5月 ●食に関する指導目標:「朝食の大切さを知ろう」 ★給食指導目標:「食事の環境をととのえよう」 朝ごはんをしっかりと食べると、『脳』『体』『おなか』の3つのスイッチが入ります。脳が動きだし、やる気や集中力がアップしたり、体が温まったり、胃や腸が動きだして、元気いっぱい活動できるようになります。 <b>脳のスイッチ 体のスイッチ おなかのスイッチ</b> <b>元気!</b>		
	小学校 中学校	E 567 P 22.6 F 15.3 E 672 P 25.9 F 16.7	E 594 P 20.5 F 23 E 712 P 23.7 F 27.7		
こ ん だ て	8(月)ゴーヤの日	9(火)食事のマナー	10(水)黒糖の日	11(木)豆パワーを食べよう	12(金)アセロラの日
	小学校 中学校	E 687 P 23.3 F 20.6 E 811 P 27.3 F 23.2	E 630 P 20.4 F 23.5 E 738 P 23.4 F 25.9	E 546 P 21.1 F 15.2 E 644 P 24.3 F 16.9	E 559 P 22.5 F 24.9 E 667 P 26.7 F 29.9
こ ん だ て	15(月)沖縄本土復帰記念日	16(火)全粒粉って何?	17(水)手洗いの大切さ	18(木)第3木曜は琉球料理の日	19(金)食育の日
	小学校 中学校	E 620 P 25.2 F 20.1 E 738 P 29.1 F 22.7	E 635 P 24.7 F 27.8 E 741 P 28.7 F 32.5	E 567 P 20.8 F 14.1 E 669 P 24 F 15.4	E 605 P 23.9 F 20.4 E 716 P 27.5 F 22.8
こ ん だ て	22(月)切干大根の栄養	23(火)小魚まるごと食べよう	24(水)もずくスープにかくし味	25(木)暑くても...ラーメン!	26(金)人気のメニュー♪
	小学校 中学校	E 591 P 19.9 F 22.9 E 751 P 24.1 F 29.1	E 585 P 23.5 F 17.9 E 697 P 26.9 F 20.3	E 514 P 16.3 F 15.6 E 609 P 18.7 F 17.4	E 789 P 37 F 21 E 642 P 32.7 F 21.4
こ ん だ て	29(月)沖縄で育つナス	30(火)みんな大好きやきそば	31(水)いつでも人気♪あげパン	5月の行事予定(給食提供なし)	
	小学校 中学校	E 603 P 23.1 F 19.3 E 716 P 26.6 F 21.9	E 543 P 22.7 F 25.7 E 646 P 26.7 F 29.8	E 634 P 22.9 F 23.3 E 664 P 24.2 F 25.3	<ul style="list-style-type: none"> <li>1(月)・・・浦添中・仲西中</li> <li>2(火)・・・宮城小・浦添中・仲西中・神森中 港川中</li> <li>15(月)・・・宮城小</li> <li>22(月)・・・浦添中・仲西中・浦西中</li> <li>24(水)~25(木) ・・・仲西小5年</li> <li>29(月)・・・当山小・仲西小</li> </ul> <p>※最新の情報は、各学校へご確認ください。</p>

※5月の予定給食費の口座振替は5月10日(水)です。  
※毎月、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。(浦添市ホームページサイト内キーワード「学校給食調理場」で検索)。  
※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「アレルギー献立表」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ください。

#### ~おしらせ~

浦添共同調理場の厨房機器が新しくなりました。浦添市教育委員会では、安心安全な学校給食の提供を行うため、令和4年度特定防衛施設周辺整備交付金を活用し、食缶・カゴ用の消毒保管庫、肉・和え物用冷蔵庫等の厨房機器を更新しました。



防衛省  
(調整交付金事業)

給食の  
ページへ  
GO!

