

令和6年
1月の予定献立表

浦添市立学校給食当山共同調理場

TEL: 877-1217
FAX: 877-8717

※食材、その他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、よくかんで気をつけて食べましょう！

食品群	体内ではたらく
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

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	21.1~32.5g	14.4~21.7g

こ ん だ て	6年生を対象に、今まで食べた給食の中から「もう一度食べたい給食」のアンケートを取りました。1月の給食にリクエストメニューが入っています！2・3月も出る予定ですので楽しみにしてください♪	リクエスト給食 ♡あげパン ♡カレー ♡ステーキ ♡ラーメン ♡アイス	1月24日~30日は、 全国学校給食週間!	当山調理場では1/22(月)~1/26(金)の5日間、琉球料理や沖縄県産の食材を活用した給食提供を予定しています♪	5(金)今年初の給食! いちご ヤサイたっぷりドライカレー ターメリックライス キャロットスープ
小学校					E 609 P 20.3 F 19.1
こ ん だ て	8(月) 成人式 1月の欠食予定(給食なし) ※最新情報は学校へご確認をお願いします 1月29日(月) 牧港小・浦城小・港川小 内間小・前田小	9(火)ピリ辛でごはんが進む! ターサイパオズ パンパンジー キムチのたきこみごはん	10(水) リクエストNO.1 シークワサーゼリー だいこんサラダ サーモンのクリームスープ あげパン(内間・神森・浦城) べにいもパン(港川・牧港・沢岬・前田)	11(木) 豚汁で温まろう ピーマンとキャベツのしおこんぶあえ いわしのしょうがに ごはん とんじる	12(金) 豆腐の日 きんかん パンサンスー ごはん マーボー豆腐
小学校		E 570 P 20.1 F 20.5	E 603 P 23.7 F 20.6	E 612 P 26.2 F 21.3	E 592 P 20.3 F 16.3
こ ん だ て	15(月) あお魚のパワー さばのカレーふうみやき こんさいとナッツのサラダ とりおこわ	16(火)紅芋の風味を感じよう カルフィッシュ コールスロー ぎゅうにくのデミグラスソースに あげパン(港川・牧港・沢岬・前田) べにいもパン(内間・神森・浦城)	17(水)今が旬の美味しい苺 いちご ぶたにくのオイスターいため ごはん ワンダンスープ	18(木) 琉球料理の日 クープイリチー いかこぼんやき イナムドウチ くろまいゆかりごはん	19(金)食育の日 にくじゃが けんさんあつやきたまご ごはん なめこじる
小学校	E 515 P 21.6 F 21.6	E 606 P 26 F 18.7	E 561 P 23.2 F 14.4	E 572 P 25.3 F 15.1	E 592 P 27.4 F 17
こ ん だ て	22(月) 今日から学校給食週間 スーナー おきなわそば(めん・しる) うむくじてんぷら	23(火) 大根の美味しい季節 なかみイリチー だいこんのウサチ ごはん アーサじる	24(水) 浦添市産の桑の葉 グルクンのシークワサーやき ミニガーのすみそあえ くわのはクファージュシー	25(木) フコイダンってなあに? ごもくかまぼこ もずくどん ごはん ゆしどうふ	26(金) 沖縄の冬のフルーツ たんかん さかなのみそに チキナーチャンプルー ぼろぼろジュシー
小学校	E 625 P 30.3 F 18.6	E 568 P 27.4 F 14.8	E 523 P 26.8 F 15.2	E 553 P 25.2 F 14.9	E 502 P 25.6 F 22.7
こ ん だ て	29(月) 29の日 ぎゅうどん いちご ごはん とうふとわかめのみそ汁	30(火) 野菜たっぷり焼きそば とりにくのしおこうじやき じゃがいもごまあえ やきそば	31(水) 栄養満点五目汁 ささみとブロッコリーのサラダ きょうとふうたまご わかめごはん ごもくじる	~ 保護者のみなさまへ、重要なお知らせ ~ ①令和6年度 学校給食費給付金交付継続申請をお願いします。 【対象者】令和5年度給食費補助金の認定を受けている方で、引き続き令和6年度の給付を必要とする方。 【受付期間】令和6年1月22日(月)~令和6年2月19日(月) 【申請書】対象者へ準備、配布いたします。	
小学校	E 507 P 21.5 F 12.5	E 504 P 24.9 F 22.7	E 520 P 22.2 F 15.4		

※ 毎月、給食使用食材の産地公開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。
※ 令和5年7月~令和6年3月までの給食費は全額免除いたします。手続きは不要です。
※ 浦添市は、物価高騰対策と給食の充実をはかるため、令和5年度から市内の全児童生徒の給食費に月額(小)400円、(中)500円を公費で上乗せして、「美味しい給食推進事業」を実施しています。

