



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	体の調子をどとのえる

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。

こん だ て あ か き み ど り	4月の欠食 7日(木)・8日(金) ・新1年生なし 28日(木) ・佐敷中 ・船越小	南城市産の食材 4月使用の南城市産の食材は ○もずく ○きゅうり ○ピーマン ○オクラ ○サラダ菜 ○なすび を予定しています おたのしみにも！	1年間よろしくおねがいします ご入学・ご進級おめでとうございます。 南城市内の幼稚園・小学校・中学校合わせて 約5400食の給食を 所長1名・栄養士3名(1人委託) 調理員33名で、心を込めて作っています。 みなさんが楽しみになるような給食を提供していきたいと思いま す。1年間よろしくおねがいします。	(給食費) 幼: 3200円 小: 4300円 中: 4800円	
--	--	--	---	---	--

こ ん だ て あ か き み ど り	新しい生活様式を踏まえた 給食時間の約束			7(木) 始業式 こくとうちんすこう まーみなーちゃんぶるー くらこめ イナムドゥチ	8(金) 入学式 ごはんにのせて たべてね! ドライカレー むぎごはん はるさめスープ
新しい生活様式をふまえ、たのしい給食時間をすごしましょう。					

こ ん だ て あ か き み ど り	11(月) おいおいゼリー グラタン(コーン) バジリコスバゲティー	12(火) チンジャオロース あげぎょうざ1こ ごはん わかめスープ	13(水) プロッコリサラダ こくとうパンパンキンスープ	14(木) きよみかかん 1/4 とりにくとごぼういため ごはん うおそうめんじる	15(金) いわしのトマトに ごはん だいこんのそぼろに																		
<table border="0"> <tr> <td>あか</td> <td>ぎゅうにゅう とりにく ベーコン</td> <td>ぎゅうにゅう ぎゅうにく わかめ とうふ ぎょうざ</td> <td>ぎゅうにゅう ベーコン あおまめ だっしふんにゅう つな</td> <td>ぎゅうにゅう とりにく ちきあげ さかなそうめん もずく</td> <td>ぎゅうにゅう ぶたにく ポーク だいず あつあげ いわしトマトに</td> </tr> <tr> <td>き</td> <td>スパゲティー だいずゆ ゼリー コーングラタン</td> <td>こめ だいずゆ さんおんとう でんぶん</td> <td>こくとうパン マーガリン こむぎこ だいずゆ ドレッシング</td> <td>こめ だいずゆ さんおんとう ごま</td> <td>こめ だいずゆ さんおんとう でんぶん</td> </tr> <tr> <td>みどり</td> <td>にんじん たまねぎ パセリ しめじ マッシュルーム にんにく ジェノバペースト</td> <td>たまねぎ ピーマン たけのこ にんじん にんにく えのき だいこん ねぎ コーン オレンジ</td> <td>プロッコリ にんじん かぼちゃ カリフラワー キャベツ コーン たまねぎ</td> <td>にんじん こんにやく ごぼう しめじ きぬさや しょうが はくさい オクラ きよみかかん</td> <td>だいこん にんじん たまねぎ こまつな</td> </tr> </table>						あか	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン	ぎゅうにゅう ぎゅうにく わかめ とうふ ぎょうざ	ぎゅうにゅう ベーコン あおまめ だっしふんにゅう つな	ぎゅうにゅう とりにく ちきあげ さかなそうめん もずく	ぎゅうにゅう ぶたにく ポーク だいず あつあげ いわしトマトに	き	スパゲティー だいずゆ ゼリー コーングラタン	こめ だいずゆ さんおんとう でんぶん	こくとうパン マーガリン こむぎこ だいずゆ ドレッシング	こめ だいずゆ さんおんとう ごま	こめ だいずゆ さんおんとう でんぶん	みどり	にんじん たまねぎ パセリ しめじ マッシュルーム にんにく ジェノバペースト	たまねぎ ピーマン たけのこ にんじん にんにく えのき だいこん ねぎ コーン オレンジ	プロッコリ にんじん かぼちゃ カリフラワー キャベツ コーン たまねぎ	にんじん こんにやく ごぼう しめじ きぬさや しょうが はくさい オクラ きよみかかん	だいこん にんじん たまねぎ こまつな
あか	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン	ぎゅうにゅう ぎゅうにく わかめ とうふ ぎょうざ	ぎゅうにゅう ベーコン あおまめ だっしふんにゅう つな	ぎゅうにゅう とりにく ちきあげ さかなそうめん もずく	ぎゅうにゅう ぶたにく ポーク だいず あつあげ いわしトマトに																		
き	スパゲティー だいずゆ ゼリー コーングラタン	こめ だいずゆ さんおんとう でんぶん	こくとうパン マーガリン こむぎこ だいずゆ ドレッシング	こめ だいずゆ さんおんとう ごま	こめ だいずゆ さんおんとう でんぶん																		
みどり	にんじん たまねぎ パセリ しめじ マッシュルーム にんにく ジェノバペースト	たまねぎ ピーマン たけのこ にんじん にんにく えのき だいこん ねぎ コーン オレンジ	プロッコリ にんじん かぼちゃ カリフラワー キャベツ コーン たまねぎ	にんじん こんにやく ごぼう しめじ きぬさや しょうが はくさい オクラ きよみかかん	だいこん にんじん たまねぎ こまつな																		

こ ん だ て あ か き み ど り	18(月) キャベツのツナあえ さばのうめみそやき ごはん みそしる	19(火) パンにはさんで スライスチーズ たべてね! ハンバーグのきのこソースかけ パーガーパン ニードルスープ	20(水) なめらかプリン アーモンドあえ ごはんのせて たべてね! 麦ごはん スタミナ丼	21(木) りゅうきゅう料理の日 べにいもだんご やさいそば うさちー	22(金) にんじんシリシリ あんだんすー ごはん ゆしどうふ(アーサ)																		
<table border="0"> <tr> <td>あか</td> <td>ぎゅうにゅう ぶたにく さば とうふ わかめ つな みそ</td> <td>ぎゅうにゅう とりにく ベーコン あおまめ ハンバーグ だっしふんにゅう チーズ</td> <td>ぎゅうにゅう ぶたにく とりさきみ</td> <td>ぎゅうにゅう ぶたにく かまぼこ</td> <td>ぎゅうにゅう たまご つな ゆしどうふ あーさ みそ いしけずり</td> </tr> <tr> <td>き</td> <td>こめ ごま</td> <td>パーガーパン マーガリン こむぎこ パター さんおんとう じゃがいも</td> <td>こめ だいずゆ さんおんとう むぎ アーモンドふんまつ プリン でんぶん</td> <td>そば ごま べにいもだんご だいずゆ さんおんとう</td> <td>こめ だいずゆ ごま</td> </tr> <tr> <td>みどり</td> <td>ねぎらめ だいこん にんじん さんとうさお キャベツ きゅうり</td> <td>にんじん たまねぎ コーン パセリ しめじ えのき マッシュルーム</td> <td>にんにく たまねぎ にんじん しらたき ちんげんさい しょうが きゅうり もやし たけのこ こまつな</td> <td>きやべつ にんじん たまねぎ もやし ねぎ しょうが だいこん シークワサーかじゅう きんぴんにんじ</td> <td>にんじん たまねぎ もやし なら</td> </tr> </table>						あか	ぎゅうにゅう ぶたにく さば とうふ わかめ つな みそ	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン あおまめ ハンバーグ だっしふんにゅう チーズ	ぎゅうにゅう ぶたにく とりさきみ	ぎゅうにゅう ぶたにく かまぼこ	ぎゅうにゅう たまご つな ゆしどうふ あーさ みそ いしけずり	き	こめ ごま	パーガーパン マーガリン こむぎこ パター さんおんとう じゃがいも	こめ だいずゆ さんおんとう むぎ アーモンドふんまつ プリン でんぶん	そば ごま べにいもだんご だいずゆ さんおんとう	こめ だいずゆ ごま	みどり	ねぎらめ だいこん にんじん さんとうさお キャベツ きゅうり	にんじん たまねぎ コーン パセリ しめじ えのき マッシュルーム	にんにく たまねぎ にんじん しらたき ちんげんさい しょうが きゅうり もやし たけのこ こまつな	きやべつ にんじん たまねぎ もやし ねぎ しょうが だいこん シークワサーかじゅう きんぴんにんじ	にんじん たまねぎ もやし なら
あか	ぎゅうにゅう ぶたにく さば とうふ わかめ つな みそ	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン あおまめ ハンバーグ だっしふんにゅう チーズ	ぎゅうにゅう ぶたにく とりさきみ	ぎゅうにゅう ぶたにく かまぼこ	ぎゅうにゅう たまご つな ゆしどうふ あーさ みそ いしけずり																		
き	こめ ごま	パーガーパン マーガリン こむぎこ パター さんおんとう じゃがいも	こめ だいずゆ さんおんとう むぎ アーモンドふんまつ プリン でんぶん	そば ごま べにいもだんご だいずゆ さんおんとう	こめ だいずゆ ごま																		
みどり	ねぎらめ だいこん にんじん さんとうさお キャベツ きゅうり	にんじん たまねぎ コーン パセリ しめじ えのき マッシュルーム	にんにく たまねぎ にんじん しらたき ちんげんさい しょうが きゅうり もやし たけのこ こまつな	きやべつ にんじん たまねぎ もやし ねぎ しょうが だいこん シークワサーかじゅう きんぴんにんじ	にんじん たまねぎ もやし なら																		

こ ん だ て あ か き み ど り	25(月) ヨーグルトあえ むぎごはん パンプキンカレー	26(火) きびなごのなんばんつけ しそごはん せんぎりイリチー	27(水) ニューサマー 1/4 ひじきいため ごはん もずくいりかきたまじる	28(木) きりぼしだいこんサラダ きびごはん マーボーなす	しょうわ ひ 昭和の日 																		
<table border="0"> <tr> <td>あか</td> <td>ぎゅうにゅう とりにく ヨーグルト だっしふんにゅう</td> <td>ぎゅうにゅう ぶたにく こんぶ かまぼこ あぶらあげ きびなご</td> <td>ぎゅうにゅう ごはん ひじき ぶたにく あぶらあげ だいず とりにく たまご とうふ もずく ちきあげ</td> <td>ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく みそ ツナ</td> <td></td> </tr> <tr> <td>き</td> <td>こめ むぎ だいずゆ こむぎこ マーガリン ゼリー じゃがいも</td> <td>こめ だいずゆ さんおんとう でんぶん</td> <td>こめ だいずゆ さんおんとう</td> <td>こめ もちきび だいずゆ ごまあぶら さんおんとう ごま でんぶん</td> <td></td> </tr> <tr> <td>みどり</td> <td>にんじん たまねぎ かぼちゃ ピーマン ブルーン もも パイン みかん ナタデココ にんにく りんご</td> <td>かくきりだいこん にんじん こんにやく たまねぎ ピーマン シークワサーかじゅう ゆかり きぬさや</td> <td>こんにやく にんじん なら キャベツ さらだな ニューサマー</td> <td>しいたけ なす にんじん たまねぎ なら にんにく しょうが もやし きゅうり きりぼしだいこん たけのこ</td> <td></td> </tr> </table>						あか	ぎゅうにゅう とりにく ヨーグルト だっしふんにゅう	ぎゅうにゅう ぶたにく こんぶ かまぼこ あぶらあげ きびなご	ぎゅうにゅう ごはん ひじき ぶたにく あぶらあげ だいず とりにく たまご とうふ もずく ちきあげ	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく みそ ツナ		き	こめ むぎ だいずゆ こむぎこ マーガリン ゼリー じゃがいも	こめ だいずゆ さんおんとう でんぶん	こめ だいずゆ さんおんとう	こめ もちきび だいずゆ ごまあぶら さんおんとう ごま でんぶん		みどり	にんじん たまねぎ かぼちゃ ピーマン ブルーン もも パイン みかん ナタデココ にんにく りんご	かくきりだいこん にんじん こんにやく たまねぎ ピーマン シークワサーかじゅう ゆかり きぬさや	こんにやく にんじん なら キャベツ さらだな ニューサマー	しいたけ なす にんじん たまねぎ なら にんにく しょうが もやし きゅうり きりぼしだいこん たけのこ	
あか	ぎゅうにゅう とりにく ヨーグルト だっしふんにゅう	ぎゅうにゅう ぶたにく こんぶ かまぼこ あぶらあげ きびなご	ぎゅうにゅう ごはん ひじき ぶたにく あぶらあげ だいず とりにく たまご とうふ もずく ちきあげ	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく みそ ツナ																			
き	こめ むぎ だいずゆ こむぎこ マーガリン ゼリー じゃがいも	こめ だいずゆ さんおんとう でんぶん	こめ だいずゆ さんおんとう	こめ もちきび だいずゆ ごまあぶら さんおんとう ごま でんぶん																			
みどり	にんじん たまねぎ かぼちゃ ピーマン ブルーン もも パイン みかん ナタデココ にんにく りんご	かくきりだいこん にんじん こんにやく たまねぎ ピーマン シークワサーかじゅう ゆかり きぬさや	こんにやく にんじん なら キャベツ さらだな ニューサマー	しいたけ なす にんじん たまねぎ なら にんにく しょうが もやし きゅうり きりぼしだいこん たけのこ																			



さかなには骨(ほね)がついていることもあるよ! よくかんでたべてね。