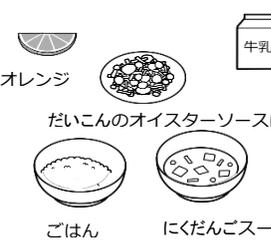
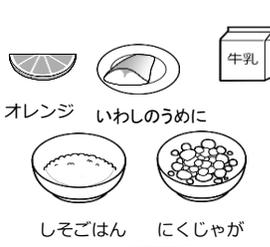
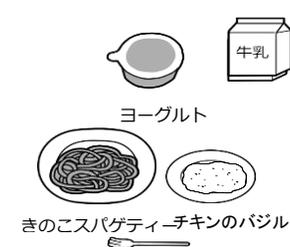
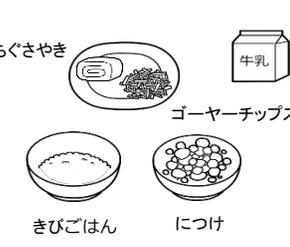
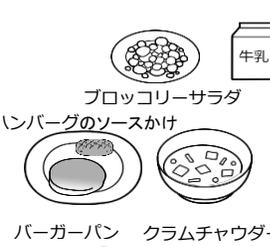
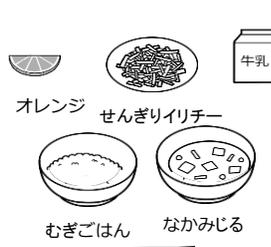
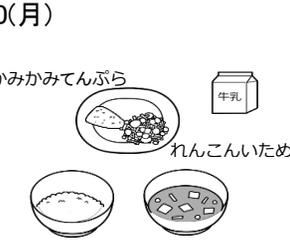
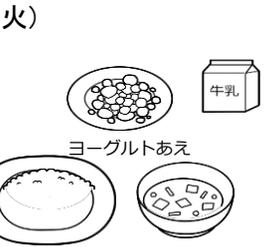
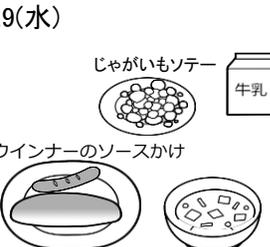




食品群	体内でのはたらき
赤の食品	血や肉、骨をつくる
黄の食品	働く力や体温となる
緑の食品	体の調子をどとのえる

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	<p><b>ユッカヌヒーとグングワチグニチについて</b></p> <p>ユッカヌヒーは旧暦の5月4日で、沖縄の子どもの日です。この日は、チンビンやポーポーなどを作り、子どもたちのすこやかな成長をお祈りしたしそうです。また、港町では、海の安全と大漁を祈ってハーリーが行われてきました。グングワチグニチは旧暦の5月5日で沖縄の端午の節句です。この日は、あまがしをつくり、しょうぶの葉をスプーンがわりにしていただきました。</p> 		<p>1(水)</p> 	<p>2(木)</p> 	<p>3(金) グングワチグニチ</p> 	
	あ か き			ぎゅうにゅう、ふ、たまご、ツナ、アーサ、とうふ	ぎゅうにゅう、とり、たまご、あつあげ、つくね	ぎゅうにゅう、たまご、ぶたにく、だいず、魚そうめん、もずく
	み ど り			こめ、おおむぎ、だいず油	こめ、だいず油、さとう、ごま油、でんぶん、ごま	こめ、おおむぎ、さとう、だいず油、あまがし
			にんじん、キャベツ、にら、しょうが、すいか	だいこん、にんじん、きくらげ、こまつな、しょうが、はくさい、長ねぎ、はるさめ、オレンジ、にんにく	にんじん、しょうが、いんげん、だいこん、しいたけ、オクラ、ねぎ	
こ ん だ て	<p>6(月) 歯と口の衛生週間</p> 	<p>7(火)</p> 	<p>8(水)</p> 	<p>9(木)</p> 	<p>10(金)</p> 	
	あ か き	ぎゅうにゅう、きなこ、だっしふんにゅう、とりにく、ベーコン、ハム、だいずレッドキドニー	ぎゅうにゅう、とうふ、ぶたにく、だいず、たまご、ハム	ぎゅうにゅう、いわし、ぶたにく、あぶらあげ	ぎゅうにゅう、ベーコン、ツナ、チキアギ、カエリ、だいず、とうふ、アーサ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、とりにく、ヨーグルト
	み ど り	コッペパン、アーモンド、さとう、こくろ、だいず油、マーガリン、こむぎこ、チョコジャム、じゃがいも	こめ、おおむぎ、だいず油、ごま油、さとう、でんぶん、ごま	こめ、じゃがいも、だいず油、さとう	こめ、だいず油、アーモンド、ごま、さとう、みずあめ	スパゲティ、だいず油、マーガリン、ノンエックマヨネーズ
			たまねぎ、にんじん、キャベツ、パセリ、きゅうり、きピーマン、あお豆、コーン、にんにく	へちま、きくらげ、にんじん、たまねぎ、にら、にんにく、しょうが、もやし、きゅうり、マロニー	にんにく、にんじん、たまねぎ、こんにやく、グリーンピース、オレンジ	パイパイ、にんじん、きゃべつ、にら、にんにく、ねぎ
こ ん だ て	<p>13(月)</p> 	<p>14(火)</p> 	<p>15(水)</p> 	<p>16(木) りゅうきゅうりょうりの日</p> 	<p>17(金)</p> 	
	あ か き	ぎゅうにゅう、ぶたにく、ポーク、あつあげ、かまぼこ、こんぶ、たまご	ぎゅうにゅう、ひじき、ぶたにく、あぶらあげ、だいず、まぐる、とりにく、とうふ、わかめ、みそ	ぎゅうにゅう、あさり、ベーコン、とりにく	ぎゅうにゅう、ぶたにく、なかみ、チキアギ、こんぶ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、なると、たまご
	み ど り	こめ、もちきび、だいず油、さとう、でんぶん、こむぎこ	こめ、だいず油、さとう、パン粉、こむぎこ、だいず油、でんぶん	バーガーパン、じゃがいも、こむぎこ、マーガリン、だいず油、生クリーム	こめ、おおむぎ、だいず油、さとう	こめ、おおむぎ、さとう、だいず油、でんぶん、あおうめゼリー、ごま油
			にんじん、とうがん、こまつな、ゴーヤー	こんにやく、にんじん、きゃべつ、にら、とうがん、にんじん、こまつな	ブロッコリー、カリフラワー、きゅうり、黄ピーマン	しょうが、きりほしだいこん、にんじん、こんにやく、オレンジ、しいたけ
こ ん だ て	<p>20(月)</p> 	<p>21(火)</p> 	<p>22(水) いれいの日</p> 	<p>23(木)</p>  <p><b>いれいの日</b></p>	<p>24(金)</p> <p>※めんをいれてたべてね</p> 	
	あ か き	ぎゅうにゅう、ぶたにく、かまぼこ、かわはぎ、とりにく、わかめ、とうふ	ぎゅうにゅう、とりにく、だいず、チーズ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、もずく、ポーク、とうふ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、かまぼこ、とりさきみ	
	み ど り	こめ、おおむぎ、だいず油、ごま油、さとう、こむぎこ、でんぶん、ごま	ぜんりゅうこパン、じゃがいも、だいず油、さとう	こめ、だいず油、ごま油、さつまいも	おきなわそば、アーモンド、さとう、こむぎこ、くろざとう	
			れんこん、ごぼう、にんじん、こんにやく、とうがん、こまつな	にんじん、たまねぎ、しめじ、いんげん、にんにく、トマト、コーン	にんじん、こまつな、キャベツ、からしな、にんにく、しいたけ	たまねぎ、にんじん、きゃべつ、もやし、ねぎ、こまつな、きゅうり、だいこん、しょうが
こ ん だ て	<p>27(月)</p> 	<p>28(火)</p> 	<p>29(水)</p> 	<p>30(木)</p> 	<p><b>6月の欠食予定</b></p> <p>1(水) 大里南小4年・6年 3(金) 佐敷小5年 9(木)～10(金) 馬天小6年 21(火) 馬天小5年 27(月) 知年中</p>	
	あ か き	ぎゅうにゅう、とりにく、とうふ、ポーク、たまご、こんぶ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、鶏レバー、白花生、白いんげん豆、黒豆、ヨーグルト、だっしふんにゅう	ぎゅうにゅう、ウィナー、とりにく、ベーコン	ぎゅうにゅう、さわら、とりにく、たまご、みそ	
	み ど り	こめ、だいず油	こめ、おおむぎ、じゃがいも、こむぎこ、マーガリン、だいず油	コッペパン、じゃがいも、オリーブ油、さとう、バター	こめ、さとう、ごま、でんぶん	
			ゴーヤー、たまねぎ、にんじん、とうがん、こまつな、さくらんぼ、もやし、しいたけ	にんじん、たまねぎ、ピーマン、にんにく、もも、パン、みかん、ブルーベリー	たまねぎ、にんじん、コーン、とうがん、たまねぎ、キャベツ、しめじ、セロリ、パセリ、にんにく	こまつな、にんじん、きゅうり、キャベツ、とうがん、ちんげんさい