



令和6年度

2月給食だより



今帰仁村学校給食センター

Tel: 56-2106

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



学校給食摂取基準

- * エネルギー650kcal | (小学校)
- * エネルギー830kcal (中学校)
- * たんぱく質 (小中共通)
- 摂取エネルギー-全体の13~20%
- * 脂質 (小中共通)
- 摂取エネルギー-全体の20~30%

<p>こんだて</p> <p>あかきみどり</p>	<p>中学3年生の皆さんは、もう少して学校給食ともお別れですね。日々の給食からどのようなことを感じ、学びましたか？食べることを大切にすること、自分自身を大切にすることにつながります。最後の1ヶ月は、皆さんのリクエスト献立をできるだけ組み込めるようにしました。楽しい思い出になればとおもいます。</p> <p>あなたの給食の思い出は？</p> <p>中学3年生 1位・あげパン 2位・タコライス 3位・カレーライス 次に、ラーメン フルーツポンチ もずく丼...</p> <p>リクエスト 献立</p>	<p>ブルーシールさんより シークワーサーソルベの無償提供</p> <p>フォーモストブルーシール株式会社さんより、卒業祝いとして小学6年生と中学3年生の皆さんへ、シークワーサーソルベのプレゼントがあります。楽しみにして下さいね。</p>	<p>給食では、今帰仁村や県産、地元食材を中心に活用し、給食提供に努めています。</p> <p>今月の特色じん産食材</p> <p>きゅうり ピーマン しょうが ニラ しめじ トマト もずく いか とうふ</p>	<p>なまじんちゅう かていが じゆきょう 今帰仁中の家庭科の授業で「マイオリジナル献立作成」に取り組みました。1月・2月の給食は、その中から選ばれた献立をベースに組んでいます。給食センターの都合上、少し手を加えている部分もありますが、みんな季節の野菜を活用した献立や食べる人を想う献立となっていて感動しました。</p>	
<p>こんだて</p> <p>あかきみどり</p>	<p>3(月)</p> <p>コールスローサラダ 牛乳 チキンカツ ひよこ豆と野菜のスープ カツサンドを作ろう♪ 今帰仁小学校の1位 カツサンド</p>	<p>4(火)</p> <p>果物 牛乳 魚のシークワーサー風みそ焼き 菜汁ー じゃが芋タシャー ナンカヌスク(旧暦1月7日)</p>	<p>5(水)</p> <p>牛乳 ★サーターアンダギー クワイリチー 小豆ごはん 中身汁 十三祝い</p>	<p>6(木)</p> <p>牛乳 スイートポテト カレーうどん ごぼうのごま和え</p>	<p>7(金)</p> <p>牛乳 パイン ★目玉焼き風まるオムレツ ガハオライス(麦ごはん) わかめスープ 中学生によるマイオリジナル献立 1-1 前田菜花</p>
<p>あかきみどり</p>	<p>まめ とりにく きゅうにゅう パン じゃがいも あぶら こむぎこ パンこ マヨネーズ さとう はくさい たまねぎ にんじん しょうが エリンギ きゃべつ きゅうり コーン</p>	<p>ツナ さかな みそ パーコン きゅうにゅう こめ むぎ さとう じゃがいも あぶら にんじん からしな こまつな きゃべつ よもぎ たまねぎ にら くだもの</p>	<p>あずき ぶたにく たまご こんぶ チキアギ きゅうにゅう こめ もちこめ さとう あぶら こめ こむぎこ こんにゃく しじみ しょうが きりぼしだいこん にんじん</p>	<p>ぶたにく あぶらあげ まめ なまくり クリーム しらす きゅうにゅう うどん あぶら さつまいも マーガリン さとう ごま たまねぎ にんじん こまつな エリンギ ごぼう きゅうり</p>	<p>わかめ とうふ ぶたにく とりにく ぶたレバー たいす たまご きゅうにゅう こめ むぎ こめあぶら さとう ながねぎ えのき たまねぎ にんじん エリンギ ピーマン パイン</p>
<p>こんだて</p> <p>あかきみどり</p>	<p>10(月) 各小5年・中学欠食</p> <p>果物 牛乳 アスパラのしモンあえ ピザトースト 野菜スープ 今帰仁村弁当の日③</p>	<p>11(火)</p> <p>建国記念の日 にほん くに 日本という国ができた「こ」とを、お祝いする日です。私たちが住んでいる「日本」を大切にしていきたいです</p>	<p>12(水) 各小6年一部欠食</p> <p>果物 牛乳 こんにゃくサラダ 青のり味ポテトフライ ★中華塩焼きそば</p>	<p>13(木) 今帰仁小6年欠食 兼次・天底小6年一部欠食</p> <p>スーナー 牛乳 もずく丼 黒糖アガラサー(麦ごはん) 天底小お招き給食</p>	<p>14(金) 各小6年一部欠食</p> <p>★シヤキヤキ 野菜たっぷりサラダ 牛乳 ★栄養満点 豆腐ハンバーグ チョココーンフレーク 中学生によるマイオリジナル献立 2-2 喜納愛結</p>
<p>あかきみどり</p>	<p>ソーセージ チーズ チキアギ ツナ きゅうにゅう パン じゃがいも こめ あぶら さとう たまねぎ ピーマン コーン きゃべつ にんじん こまつな アスパラ カリフラワー しょうが くだもの</p>	<p>えび いか ほくしりみ あおのり きゅうにゅう ちゅうかめん あぶら じゃがいも こめ さとう マヨネーズ きゃべつ もやし たまねぎ にんじん ちんげんざい しょうが だいこん こんにゃく ほうれんそう くだもの</p>	<p>もすく ぶたにく さとうにゅう とうふ ツナ みそ きゅうにゅう こめ むぎ あぶら さとう こむぎこ こくとうこ たまねぎ にんじん あかピーマン にんにく のめ にな</p>	<p>ぶたにく おから とうふ たまご チーズ きゅうにゅう こめ むぎ パンこ さとう コーン レーク アーモンド オリーブオイル たまねぎ だいこん きゃべつ フロッコリー カリフラワー あかピーマン あおまめ</p>	
<p>こんだて</p> <p>あかきみどり</p>	<p>17(月)</p> <p>★茹て卵と フロッコリーのサラダ 牛乳 ★グラタン 黒糖パン ミネストローネスープ 中学生によるマイオリジナル献立 3-2 嘉陽優里奈</p>	<p>18(火)</p> <p>牛乳 ★春雨サラダ ★アまココアマシマロ マーボ豆腐丼(麦ごはん)</p>	<p>19(水)</p> <p>果物 牛乳 ★ミミガーのピーナツあえ 沖縄野菜そば</p>	<p>20(木)</p> <p>果物 牛乳 ウサチー ★スルルーの天ぷら 麦ごはん 伊力墨汁 毎月第3木曜日 琉球料理の日</p>	<p>21(金)</p> <p>牛乳 みかん 大根とササミの生姜あえ サバのみそ焼き 青豆ごはん ゆし豆腐汁 中学生によるマイオリジナル献立 1-3 久田竜大朗</p>
<p>あかきみどり</p>	<p>とりにく パーコン あさり えび とうにゅう チーズ たまご きゅうにゅう パン じゃがいも あぶら マカロニ こむぎこ パター マヨネーズ きゃべつ たまねぎ にんじん セロリ トマト エリンギ フロッコリー コーン しめじ</p>	<p>とうふ ぶたにく だいす みそ ハム たまご きゅうにゅう こめ むぎ さとう こめあぶら どんぶり マーガリン かつお ごま アーモンド コーラーはるさめ たまねぎ にら きくらげ しょうが もやし にんじん きゅうり レーズン</p>	<p>ぶたにく チキアギ ミミガー みそ きゅうにゅう おきなわそば あぶら ピーナツ バター さとう しょうが きゃべつ もやし にんじん だいこん きゅうり くだもの</p>	<p>いか ぶたにく きびなご たまご ツナ みそ あかだし いかすみ きゅうにゅう こめ むぎ あぶら さとう こむぎこ だいこん にな にんじん こまつな きゅうり パパイア くだもの</p>	<p>とうふ さば みそ ささみ きゅうにゅう こめ むぎ さとう こめあぶら あおまめ あおねぎ しょうが だいこん きゅうり みかん</p>
<p>こんだて</p> <p>あかきみどり</p>	<p>24(月)</p> <p>天皇誕生日 振替休日 天皇陛下の誕生日が祝日に なつたのは明治以降のことです。1948年(昭和23年)までは「天長節」と呼ばれていました。</p>	<p>25(火)</p> <p>牛乳 手巻き海苔 ヤンニョムチキン キンパの具 こまご飯 トックスープ セルフキンパを作ろう♪ 中学生によるマイオリジナル献立 1-2 比嘉優莉</p>	<p>26(水) 各小6年欠食</p> <p>シークワーサーソルベ(中学3年のみ) 牛乳 ガルパンソーサラダ トン勝つ! 勝つ! カレー 麦ごはん 高校受験応援献立 中学3年リクエスト 第3位</p>	<p>27(木) シークワーサーソルベ(小学6年のみ) 牛乳</p> <p>果物 ★カラフル豆サラダ ★ポテトオムレツ ★シーフード クリームパスタ ブルーシールより 卒業祝いアイスのプレゼント</p>	<p>28(金)</p> <p>牛乳 ホットソース(中学のみ) なかよしたんかんゼリー タコライス ★コーンスープ 中学生3年リクエスト 第2位</p>
<p>あかきみどり</p>	<p>とりも ぶたにく ほくしりのり きゅうにゅう こめ さとう こむぎこ じゃがいも あぶら さとう ほうれんそう たまねぎ しめじ ちんげんざい もやし ほうれんそう きゅうり たくあん しょうが</p>	<p>ぶたにく まめ きゅうにゅう こめ むぎ じゃがいも あぶら くり こむぎこ パンこ マヨネーズ にんじん たまねぎ ほうれんそう こんにゃく きゅうり コーン</p>	<p>あさり えび いか たまご おから きゅうにゅう チーズ ツナ まめ ちくわ スラフティ あぶら こむぎこ じゃがいも アーモンド オリーブオイル さとう たまねぎ エリンギ ほうれんそう フロッコリー きゃべつ くだもの</p>	<p>ぶたにく ぶたレバー きゅうにゅう だいす チーズ とうふ たまご きゅうにゅう こめ むぎ あぶら さとう ひんじん にんじん たまねぎ ピーマン きゃべつ トマト コーン みかん</p>	

学校給食費は、期限内に納めましょう。