

令和 6年

7・8月の予定献立表



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		C=エネルギー	P=タンパク質	F=脂質
	小学校	650kcal	21.1~32.5g	14.4~21.7g
	中学校	830kcal	27.0~41.5g	18.4~27.7g

城辺学校給食共同調理場

TEL: 0980-77-8488

FAX: 0980-77-8490

※食物アレルギーのある児童・生徒は、給食を食べる前に裏面の「詳細献立表」で内容を必ず確認しましょう。家庭・学級においても毎日確認してください。

※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。

※なまり節や魚は骨を取り除いていますが、一部残ってしまう場合があります。注意して食べましょう。

※児童生徒の給食費(小学校5000円、中学校5400円)は市が負担しています。



こ ん だ て	1(月) 	2(火) 	3(水) 	4(木) 	5(金) 
こ ん だ て	8(月) 	9(火) 	10(水) みゃーく食材の日 	11(木) 	12(金) 
こ ん だ て	15(月) 海の日 	16(火) 	17(水) 	18(木) 	19(金) 1学期終業式 
こ ん だ て	2学期の給食開始は8月27日(火)からです。みなさん、楽しみにしていてくださいね♪ 	27(火) 2学期始業式 	28(水) 	29(木) 	30(金) 

7月10日(水)

「みゃーく食材の日」を実施します。

マンゴー・マグロ・とうがん・にんじん・玉ねぎ・じゃがいも  
アーサー・ピーマン・きゅうり・パイナップル・長ネギ・枝豆・宮古みそ

上記の材料は宮古島市産を使用しています!

給食に関わる全ての方々に感謝していただきましょう。

栄養指導目標：きせつのたべものについてしろう

現在、ほとんどの食べ物が1年中手に入るようになっています。しかし、それぞれの食べ物には、栄養素が最も多く、一番おいしくなる時季があります。それを「旬」といいます。今月の給食でも、旬の食べ物を取り入れているので、探してみてくださいね。