

※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。
※児童生徒の給食費(小学校4200円、中学校4600円)は市が負担しています。

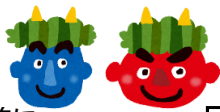


Table with food groups and their effects: 食品群 (Food groups), 体内ではたらく (Works in the body), 赤の食品 (Red food), 血や肉、骨をつくる (Creates blood, meat, bones), 黄の食品 (Yellow food), 働く力や体温となる (Becomes working power and body temperature), 緑の食品 (Green food), 体の調子をとのえる (Improves body condition).

Table with school lunch nutrition standards: 学校給食の栄養基準量 (School lunch nutrition standards), 小学校 (Elementary school), 中学校 (Middle school), C=エネルギー (C=Energy), P=タンパク質 (P=Protein), F=脂質 (F=Lipid).

Main menu grid for the first week (31st to 4th). Includes items like ハンダマの酢みそ和え, まぐろカツ, クファージュシー, ちんすこう, パパイアの宮古煮, きびごはん, シムヌ, ブロッコリーソテー, たんかん, あげパン, 島野菜のスープ, リクエスト給食・節分, 節分豆, カレーライス, ゴーヤーのツナマヨ和え, はったい粉入リンヌイ, 宮古そば, シークワーサー和え.

Main menu grid for the second week (7th to 10th). Includes items like ショーロンポー, パンサンスー, きびごはん, マーボー豆腐, リクエスト給食, 鶏のマーレード焼き, カラフルサラダ, スパゲティバジリコ, ブロッコリーソテー, りんご, 黒糖パン, クラムチャウダー, リクエスト給食, 紅いもごま団子, クーフイリチー, 麦ごはん, 冬瓜のカレー煮.



Main menu grid for the third week (14th to 18th). Includes items like チョコプリン, タコライス, やさいスープ, 千草焼き, オレンジ, なすみそ炒め, きびごはん, 中華スープ, ジュウロクニチ祭 (No lunch), フーイリチー, たんかん, 麦ごはん, イナムドウチ, ぜんざい, 魚のゆずみそ焼き, きびごはん, 肉じゃが.

Main menu grid for the fourth week (21st to 25th). Includes items like フルーツナタデココ, ひじきのごま和え, オレンジ, 豚のしょうが焼き, 麦ごはん, おでん, 子持ちシヤモフライ, みそラーメン, きゅうりのおかかあえ, フルーツナタデココ, パナナ, もずく丼, 大根のみそ汁.

Main menu grid for the fifth week (28th). Includes items like パパイヤとなんこうのイリチー, きむたくごはん, 肉だんごスープ.

リクエスト給食 (Request Lunch) section. Includes a survey announcement: '小学校、中学校のみなさんにもう一度食べたい好きなメニューのアンケートを行いました。' and a list of popular items.

【番外編】 (Extra Edition)

- ・フルーツナタデココ
・紅芋だんご
・海藻サラダ

【小学校】 (Elementary School)

- 1位 あげパン
2位 カレーライス
3位 宮古そば
4位 シチュー
5位 フルーツヨーグルト
なっとうみそ

【中学校】 (Middle School)

- 1位 あげパン
2位 味噌カツ丼
3位 宮古そば
4位 スパゲッティバジリコ
5位 みそラーメン



※材料・天候によって献立を変更することがあります。