

6月のよていこんだてひょう

赤の食品	血や肉、骨をつくる
黄の食品	腸や皮膚をよくなる
緑の食品	体の調子をととのえる

※材料、そのほかの都合により献立を変更することがあります。ご了承ください。

学校給食の栄養基準量		E=エネルギー	P=たんぱく質	F=脂質
小学校		650 kcal	21.1~32.5g	14.4~21.7g
中学校		830 kcal	27.0~41.5g	18.4~27.7g

	2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	6(金)	
こ ん だ て	うまかつてん とりにく ごもくいため ごはん かぼちゃの みそしる	いちごジャム(そのた) プリン チキンピーズ あげぱん(白小のみ) コッペパン(そのた)	なっとう(中のみ) きんぴらごぼう じゃがいもの ごまみそしる	コロッケ ごはん じゃがいもの あまからに	ミルクココア ぶたにくと やさいのいため ごはん きりぼしだいの みそしる	
あ か	あぶらあげ、豆腐、チキアギ、鶏肉 みそ、うまかつてん、牛乳	鶏肉、ポークピーズ、だいず、きなこ 牛乳	あぶらあげ、納豆、チキアギ、ぶたにく みそ、あさり、牛乳	かまぼこ、鶏肉、厚揚げ、牛乳	あぶらあげ、ぶたにく、みそ、牛乳	
き	三温糖、こめササ油、いりごま、こめ	じゃがいも、イチゴジャム、三温糖 黒糖、大豆油、こめササ油 アーモンド、プリン、コッペパン	じゃがいも、ごま油、三温糖 こめササ油、すりごま、いりごま おおむぎ、こめ	じゃがいも、三温糖、大豆油 こめササ油、こめ、やさしいコロッケ	ごま油、三温糖、こめササ油、こめ ミルクココア	
み ど り	こんにやく、たまねぎ、にんじん、ねぎ ピーマン、しめじ、にんにく、たけのこ 木くげ、かぼちゃ、ごぼう	セロリ、たまねぎ、にんじん、にんにく えだまめ、トマト	こんにやく、たまねぎ、にんじん れんこん、しめじ、ごぼう、ほうれんそう いんげん	こんにやく、たまねぎ、にんじん いんげん、しょうが	こんにやく、キャベツ、たまねぎ にんじん、ピーマン、しめじ、たけのこ にんにく、きりぼしだいのこ、ごぼう	
こ ん だ て	ミニたいやき クープイリチー ごはん チムシンジ	きのこソースハンバーグ パンプキンスープ パーカーハウスパン	オレンジ1/4 ひじき炒め まごわやさしいじる むぎごはん	さかなの しおこうじやき ごはん につけ	たまなちゃんぶるー アーサイリ もちきびごはん ゆしどうふ	
あ か	昆布、チキアギ、豚肉、豚レバー みそ、牛乳	鶏肉、牛乳、白豆、白いんげん豆 ハンバーグ、生クリーム	あぶらあげ、かまぼこ、豚肉、だいず みそ、ひじき、わかめ、牛乳	さば、かまぼこ、鶏肉、厚揚げ、牛乳	豆腐、豚肉、ツナ、みそ 牛乳、アーサ、ゆし豆腐	
き	じゃがいも、三温糖、こめササ油 こめ、ミニたいやき	小麦粉、マーガリン こめササ油、パーカーハウスパン	じゃがいも、三温糖、こめササ油 すりごま、おおむぎ、こめ	さといも、三温糖、こめササ油、こめ	こめササ油、もちきび、こめ	
み ど り	こんにやく、にんじん、たけのこ きりぼしだいのこ、ねぎ	たまねぎ、パセリ、えのきたけ にんにく、かぼちゃ マッシュルーム、りんご	こんにやく、キャベツ、だいこん にんじん、オレンジ、しいたけ ねぎ、えだまめ	こんにやく、こまつな、だいこん にんじん、いんげん	キャベツ、こまつな、にんじん にんにく	
こ ん だ て	メンチカツ こくとうパン チキンの クリームに	あつあげの にくみそいため ごはん ちゅうかスープ	ひじきいり あつやきたまご むぎごはん 牛乳 キムチチーズ にくじゃが	ナッツとさかな デークニブシー ごはん イナムドウチ	シークワーサーゼリー さばごまみそかけ ポロポロジュシー	
あ か	鶏肉、メンチカツ、牛乳、脱脂粉乳	豚肉、鶏肉、だいず、みそ 厚揚げ、牛乳	豚肉、チーズ、牛乳 ひじき入り厚揚げたまご	豚肉、みそ、厚揚げ、牛乳 かまぼこ、ナッツとさかな	さば、かまぼこ、豚肉、みそ、牛乳	
き	小麦粉、じゃがいも、大豆油 マーガリン、こめササ油、黒糖パン	でん粉、ごま油、三温糖 こめササ油、こめ	じゃがいも、三温糖、こめササ油 こめ、こめ	三温糖、こめササ油、こめ	小麦粉、でん粉、三温糖、大豆油 おおむぎ、さつまいも、こめ シークワーサーゼリー、ねりごま	
み ど り	たまねぎ、にんじん、はくさい、ほうれ んそう、コーン、マッシュルーム、にん じく	こまつな、たまねぎ、にんじん はくさい、クリームコーン缶、しいたけ コーン、えだまめ	こんにやく、たまねぎ、にんじん はくさい、白菜キムチ、えだまめ	だいこん、にら、にんじん、しょうが しいたけ、こんにやく	キャベツ、こまつな、にんじん しょうが、しいたけ	
こ ん だ て	アレルギー表示献立表を 別に用意しております。 (2種類) ご希望の方は、学級担任 までお申し出ください。	しゅうまい むぎごはん マーボーなす	パインスライス むぎごはん チキンカレー	かぼちゃのそぼろに ごはん もずくのみそしる	アセロラゼリー チャプチェ ごはん つみれじる	
あ か		豆腐、豚肉、鶏レバー、だいず、みそ 牛乳、しゅうまい	鶏肉、脱脂粉乳、鶏レバー、牛乳	豆腐、あぶらあげ、もずく、かまぼこ 豚肉、だいず、みそ、牛乳	豚肉、牛乳、つみれ	
き		でん粉、ごま油、三温糖、こめササ油 おおむぎ、こめ	小麦粉、じゃがいも、マーガリン こめササ油、おおむぎ、こめ	三温糖、こめササ油、こめ、でん粉	ごま油、三温糖、はるさめ アセロラゼリー、こめ	
み ど り		たまねぎ、なす、にら、にんじん たけのこ、にんにく、しょうが しいたけ、ねぎ	たまねぎ、コーン、にんじん ピーマン、にんにく、パイン ウージンパウダー、かぼちゃ	だいこん、たまねぎ、にんじん えのきたけ、かぼちゃ、ねぎ、えだまめ しょうが	たまねぎ、とうがん、にら、にんじん はくさい、にんにく、しょうが、しいたけ ごぼう、ねぎ	
こ ん だ て	30日(月) 白川小6年欠食 ピビンバ かけてたべてね むぎごはん わかめスープ	6月2日(月)~6日(金)は カミカミメニューです★ よくかんでたべてね!				健康な体づくりはよくかむことから!
あ か	豆腐、かまぼこ、豚肉、だいず わかめ、牛乳	食事をゆっくりよくかんで、味わって 食べていますか? よくかむことは、食 べ物本来の味がわかっておいしく感じら れるだけでなく、虫歯や肥満を防ぐこと につながるなど、健康づくりの第一歩です。 6月4日~10日は「歯と口の健康週間」 です。食べるときはよくかむことを意識 して、食べた後はしっかり歯を磨き、健 康な歯と口を保ちましょう。				「よくかむ」ことで得られる効果
き	でん粉、ごま油、三温糖、こめササ油 いりごま、おおむぎ、こめ	◆脳の働きを高める				◆虫歯を予防する
み ど り	だいこん、にんじん、長ねぎ、もやし しょうが、寒天、こまつな、にんにく	◆あごの発達を助ける				◆食過ぎを防ぐ
		◆栄養の吸収がよくなる				

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	体の働きをよくなる

※材料、そのほかの都合により献立を変更することがあります。ご了承ください。



学校給食の栄養基準量	E=エネルギー	F=タンパク質	F=脂質
	小学校 650 kcal	21.1~32.5g	14.4~21.7g
中学校 830 kcal	27.0~41.5g	18.4~27.7g	

こ ん だ て	2(月) オレンジ きびなごのなんばんづけ ごはん とうがんじろ	3(火) トマトオムレツ ごはん キーマカレー	4(水) かみかみ献立 やさしいソテー コッペパン (中学校) きなこクリーム あげパン (小学校) ごはん ぎょうぎスープ	5(木) かみかみ献立 せんざりイリチー なっとうアングダンスー ごはん ごまみそしる	6(金) かみかみ献立 こざかな (中学のみ) テジブルコギ ※もちは、ゆっくりのっけごはん よくかんでたべてね ごはん ぺにいもきんとん	
あか	ぎゅうにゅう、とりにく、とうふ、きびなご	ぎゅうにゅう、ぶたにく、ぶたレバー、だいず、だし、トマトオムレツ	ぎゅうにゅう、きんこ、だし、しょうゆ、くるまめ、きなこ、クリーム、ウインナー、ぎょうぎ、なると	ぎゅうにゅう、とりにく、みそ、ぶたにく、あぶらあげ、こんぶ、なっとう、ツナ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、こざかな	
き	こめ、でんぶん、こむぎ、だいず油、さとう	こめ、じゃがいも、こめ油、こむぎ、マーガリン(乳不使用)	コッペパン、だいず油、さとう、ことう、アーモンド、じゃがいも、こめ油、はるさめ、ごま油、でんぶ	こめ油、じゃがいも、こめ油、さとう、ごま	こめ、ごま油、ごま、ペイロ、もち、なまクリーム、マーガリン	
みどり	たまねぎ、とうがん、にんじん、ピーマン、オレンジ、ねぎ	にんじん、たまねぎ、ピーマン、セロリ、コーン、にんご	にんじん、えのきたけ、こまつな、いんげん、コーン、にんにく	だいこん、にんじん、キャベツ、こんにやく、ながねぎ、きりぼしだいこん、しょうが	にんにく、たまねぎ、にんじん、いんげん、こんにやく、しめじ、あかピーマン、ピーマン、ながねぎ、シークワサー	
こ ん だ て	9(月) かみかみ献立 てづくりいちごピーンズ はるまき ごはん サムゲタンスープ	10(火) かみかみ献立 りんご ガバオライス ごはん トマトとたまごのスープ	11(水) きりぼしだいこんいため レバーいりごまつくね ごはん すましじろ	12(木) おろしハンバーグ こざかなとアーモンドふりかけ ごはん みそしる	13(金) バナナ カレーピラフ さばのしおやき	
あか	ぎゅうにゅう、とりにく、だいず、はるまき	ぎゅうにゅう、ぶたにく、ぶたレバー、だいず、とりにく、たまご	ぎゅうにゅう、とりにく、とうふ、もずく、ツナ、あぶらあげ、レバーいりごまつくね	ぎゅうにゅう、とりにく、とうふ、わかめ、みそ、ハンバーグ、かたくちいわし、だいず	ぎゅうにゅう、とりにく、さば	
き	こめ、もちこめ、だいず油、ミルクいちご	こめ、でんぶん、さとう、ごま油	こめ、こめ油、さとう	こめ、じゃがいも、さとう、アーモンド、ごま、みずあめ、でんぶ	こめ、こめ油、マーガリン(乳不使用)	
みどり	にんにく、しょうが、にんじん、だいこん、キャベツ、しいたけ、ながねぎ	トマト、たまねぎ、にんじん、コーン、パセリ、ピーマン、赤ピーマン、パプリカ、しめじ、にんにく、りんご	だいこん、にんじん、ねぎ、しょうが、きりぼしだいこん	にんじん、こまつな、だいこん、ねぎ、しょうが	にんじん、たまねぎ、しめじ、コーン、ピーマン、あかピーマン、パセリ、にんにく、バナナ	
こ ん だ て	16(月) 具小・具中残量調査 もものタルト かぼちゃコロケ わふうスパゲティ	17(火) 具小・具中残量調査 アーモンド (中学のみ) いわしのトマトに ごはん ぶたすきやき	18(水) 具小・具中残量調査 スライスチーズ チキンハンバーグ バーガーパン グラムチャウダー	19(木) 具小・具中残量調査 りゅうきゅうりょうりの日 オレンジ フーイリチー ごはん ゆしどうふ	20(金) 具小・具中残量調査 いれいの日献立(6/23) こくとうアガラサー キャベツいりつくね ポロポロジュウぶチャンプル	
あか	ぎゅうにゅう、とりにく、ツナ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、とうふ、いわしのトマト	ぎゅうにゅう、とりにく、あさり、だし、しょうゆ、ろろ、いんげんまめ、チキンハンバーグ、チーズ	ぎゅうにゅう、とうふ、アーサー、ふ、たまご、ツナ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、もずく、あつあげ、ツナ、きゃべつ、いりつくね	
き	スパゲティ、こめ油、かぼちゃコロケ、だいず油、もものタルト	こめ、さとう、こめ油、はるさめ、アーモンド	バーガーパン、じゃがいも、こむぎ、マーガリン、こめ	こめ、こめ油	こめ、さつまいも、こめ油、こくとうアガラサー	
みどり	にんじん、たまねぎ、しめじ、キャベツ、こまつな、にんにく	にんにく、キャベツ、こまつな、にんじん、ながねぎ	たまねぎ、にんじん、コーン、パセリ	ねぎ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、にら、オレンジ	にんじん、だいこん、キャベツ、たまねぎ、こまつな、にんにく	
こ ん だ て	23(月) ※果産生乳の供給量不足により、毎月数回乳飲料へ代替となる場合があります。ご理解いただきますようお願いいたします。 みそかつどん ごはん スパイのみそしる	24(火) オレンジ みそかつどん ごはん スパイのみそしる	25(水) おうとう ごはん マーボーとうがん	26(木) ココア ポテトのバジルソテー コッペパンとりつくねスープ	27(金) おさかなふりかけ やさしいちゃんぶるー ごはん シカムドッチ	
あか	ぎゅうにゅう、とうふ、みそ、チキンカツ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、ぶたレバー、だいず、とうふ、みそ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、ぶたレバー、だいず、とうふ、みそ	ぎゅうにゅう、とりにく、とりにく、ウインナー	ぎゅうにゅう、ぶたにく、かまぼこ、あつあげ、ツナ、おさかなふりかけ	
き	いれいひ 慰霊の日	こめ、じゃがいも、だいず油、さとう、ごま	こめ、こめ油、さとう、ごま油、でんぶ	コッペパン、はるさめ、じゃがいも、こめ油、ココア、でんぶ	こめ、こめ油	
みどり		こまつな、とうがん、えのき、オレンジ	とうがん、にんじん、たまねぎ、にら、にんにく、しょうが、しいたけ、おうとう	えのき、にんじん、こまつな、ねぎ、たまねぎ、コーン、プロッコリー、パプリカ、にんにく	こんにやく、とうがん、しいたけ、しょうが、にんじん、たまねぎ、キャベツ、こまつな、にんにく	
こ ん だ て	30(月) チーズ (中学のみ) ちゅうかどん ごはん わかめスープ	<div data-bbox="454 1713 710 2049" data-label="Complex-Block"> <p>食物アレルギー詳細献立表について</p> <p>食物アレルギー詳細献立表が必要な方は、学級担任までお申し出ください。</p> </div>		<div data-bbox="726 1691 1500 2049" data-label="Complex-Block"> <p>健康な体づくりはよくかむことから!</p> <p>食事をゆっくりよくかんで、味わって食べていますか? よくかむことは、食べ物本来の味がわかっておいしく感じられるだけでなく、虫歯や肥満を防ぐことにつながるなど、健康づくりの第一歩です。6月4日~10日は「歯と口の健康週間」です。食べるときはよくかむことを意識して、食べた後はしっかり歯を磨き、健康な歯と口を保ちましょう。</p> <p>「よくかむ」ことで得られる効果</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆脳の働きを高める ◆あごの発達を助ける ◆栄養の吸収がよくなる ◆虫歯を予防する ◆食べ過ぎを防ぐ </div>		
あか	ぎゅうにゅう、ぶたにく、うずらのたまご、なると、わかめ、とりにく、とうふ、チーズ					
き	こめ、こめ油、ごま油、でんぶ、ごま、はるさめ					
みどり	しょうが、キャベツ、たまねぎ、にんじん、こんにやく、こまつな、ヤングコーン、きくらげ、だいこん、ながねぎ、コーン					

※給食費の納付期限は毎月15日です。ご協力お願いいたします。

※食物アレルギーのある児童生徒は、給食を食べる前に別紙の「アレルギー献立表」で内容を必ず確認しましょう。家庭・学校においても毎日確認してください。

※さかなや肉には骨がついていることがあるので、よく噛んで気をつけてたべてね!

※食べ物、食べやすい大きさにしてよく噛んで食べましょう。

令和7年

よてい こんだて ひょう
6月の予定献立表

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。

食品群	体内でのほたらき
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	体の調子をととのえる



牛乳でカルシウム貯金!

与那原町立学校給食センター

TEL: 098-945-3412

	2(月)	3(火)	4(水) 虫歯予防デー	5(木) よくかんで食べよう!	6(金)
こ ん だ て					
あ か き み ど り	牛乳、ぶたにく、ぶたしバー、しろういんげんまめ こめ、おおむぎ、じゃがいも、だいず油、ぶどうゼリー にんじん、たまねぎ、ピーマン、にんにく、りんご、パイナップル、みかん、もも、かんてん	牛乳、きなこ、だいず、とりにく、ベーコン コッパン(にむぎこ、だいず油、アーモンド、ごとう、さとう) たまねぎ、にんじん、しいたけ、キャベツ、セロリ、トマト、ピーマン、ブロッコリー、カリフラワー、ピーマン、糖、コーン	牛乳、ぶたにく、かまぼこ、こんぶ、かつおだし、さば、みそ こめ、だいず油、ノンエッグマヨネーズ、さとう こんにゃく、しいたけ、とうがん、にんじん、こまつな、ねぎ	牛乳、あさり、ベーコン、ミックスビーンズ、かつおだし スワグチ(にむぎこ、だいず油、じゃがいも、ごまドレッシング、ぶどうゼリー) キャベツ、たまねぎ、にんじん、しめじ、こまつな、アスパラ、にんにく、ブロッコリー、かぼちゃ	牛乳、とりにく、たまご、ぶたにく こめ、ごま油、でんぷん、だいず油 たまねぎ、にんじん、しょうが、たけのこ、キャベツ、チンゲンサイ、きくらげ、にんにく
こ ん だ て					
あ か き み ど り	牛乳、ぶたにく、かまぼこ、とうらふ、かつおだし こめ、だいず油 とうがん、こんにゃく、しいたけ、しょうが、にんにく、キャベツ、たまねぎ、にんじん	牛乳、とりにく、だいず、トマトオムレツ コッパン(にむぎこ、じゃがいも、ごむぎこ、だいず油、乳不使用マーガリン、ジャム) かぼちゃ、たまねぎ、あお豆、にんにく、りんご	牛乳、とうらふ、ぶたにく、かつおあげ、かつおだし こめ、さといも、だいず油 にんじん、だいこん、こんにゃく、ながねぎ、たまねぎ、こまつな、しょうが	牛乳、ぶたにく、なるど、かつおだし、ちくわ、アオサ うどん(にむぎこ、さとう、だいず油、でんぷん、ごむぎこ) にんにく、しょうが、にんじん、たまねぎ、こまつな、はくさい、ながねぎ	牛乳、とりにく、かつおだし、にぼしだし、だいず、チーズ(中のみ) こめ、はるさめ、さとう、ごま油 しいたけ、にんじん、はくさい、しいたけ、たまねぎ、ピーマン、糖、糖、しめじ、パプリカ、にんにく
こ ん だ て					
あ か き み ど り	牛乳、ぶたにく、とうらふ、かつおだし、にぼしだし、とりにく、チキアキ、みそ こめ、だいず油、さとう キャベツ、えのきたけ、たまねぎ、だいこん、にんじん、しいたけ、こんにゃく、いんげん	牛乳、ぶたにく、チキアキ、もずく、かつおだし、きびなご、ヨーグルト こめ、おおむぎ、だいず油、ごむぎこ、でんぷん、さとう ごぼう、しいたけ、にんじん、ねぎ、しょうが、シークワーサー	牛乳、ぶたにく、かつおだし、とりにく、ミックスビーンズ 全粒粉パン(にむぎこ、じゃがいも、だいず油) セロリ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、コーン、にんにく、とまと、ブロッコリー、トマト	牛乳、なみ、ぶたにく、かつおだし、ツナ、こんぶ こめ、おおむぎ、だいず油 しいたけ、こんにゃく、しょうが、にんじん、だいこん、たけのこ、オレンジ	牛乳、ぶたにく、とうらふ、だいず こめ、だいず油、さとう、さつまいも、ごとう、みずあめ、ごま こんにゃく、にんじん、たまねぎ、はくさい、こまつな、ながねぎ、にんにく
こ ん だ て	<p>平和を創るために 何が出来る?</p> <p>きょうしやく、おきななちじう 給食だより、に、沖縄地上 せん、おとし、しよく、しよく 戦の当時の食事について の載せています。 どんな食事をしていたの か、そこからわかること を見つけ てみようや</p>				
あ か き み ど り	牛乳、ぶたにく、ごとう、かつおだし、にぼしだし こめ、でんぷん、だいず油 とうがん、にら、ごぼう、にんじん、ピーマン	牛乳、アーサ、たまご、とうらふ、ツナ、ひじき、だいず、チキアキ、かつおだし こめ、でんぷん、だいず油 とうがん、にら、ごぼう、にんじん、ピーマン	牛乳、ぶたにく、あつあげ、みそ、はるまき こめ、だいず油、でんぷん、ごま油 たまねぎ、にんじん、へちま、とうがん、赤ピーマン、しめじ、きくらげ、たけのこ、こまつな、にんにく	牛乳、とりにく、ワインナー、ホキ こめ、おおむぎ、だいず油、乳不使用マーガリン、でんぷん、米飯、パン粉、ごむぎこ、りんごゼリー にんじん、たまねぎ、ピーマン、コーン、マッシュルーム	牛乳、あぶりあげ、とうらふ、みそ、もずく、ぶたにく、だいず、かつおだし、にぼしだし こめ、おおむぎ、だいず油、さとう、でんぷん とうがん、にんじん、えのきたけ、ながねぎ、たまねぎ、たけのこ、コーン、あお豆、にんにく、しょうが
こ ん だ て		<p>今年は 残量調査の年!</p> <p>じょうせいと、えいようせんと、しよく、しよく 沖縄県の児童生徒の栄養摂取状況を把握 し、献立の改善や食育活動の充実に役立 てる目的があります。</p> <p>きょうしやく、かた、かた 給食の片づけ方がいつも と異なるので注意して くださいね!</p>	<p>歯と口の健康週間</p> <p>4日~10日は歯と 口の健康週間。 「よくかんで食べ る」「ひと口30 回かむ」を意識してみよう! よくかむと、むし歯を予防した り、脳が発達するよ!</p>	<p>給食センターHPで 給食写真や献立表を チェック!上のQRコードを 読み込んでください!</p>	
あ か き み ど り	牛乳、にくだんご、かつおだし、にぼしだし こめ、はるさめ、だいず油、でんぷん ごいご、にんじん、はくさい、しいたけ、たまねぎ、キャベツ、ピーマン、しめじ、きくらげ、しょうが、にんにく				

学校給食の記録

東風平学校給食センター

令和6年 9月 20日 (金)		天気 (晴 曇 雨)				所長	副所長	栄養士			
献立名	牛乳 クープジュージー にくだんご お米deバナナのス ティックケーキ										
食品名	純使用量		使用量		総量	単位	単価	総金額	業者名	給食人員 合計	1,930
	小	中	小	中							
あじわいゲンキ	206.0	206.0	978.0	952.0	1882.0	本				小学校	
			②③④ ⑤⑥⑦⑧							エネルギーkcal	567
精米 : 10kg	60.0	76.8	6.0	7.0	13.0	袋				たんぱく質g	21.7
無圧ペン精麦	5.0	6.4	5.0	6.0	11.0	kg				脂質g	15.8
豚もも肉	15.0	19.2	15.0	20.0	35.0	Kg					
細切り白かまぼこ	5.0	6.4	9.0	12.0	21.0	P				東風平小	
にんじん	25.0	32.0	24.0	32.0	56.0	Kg				白川小	978
国産しいたけスライ	0.9	1.2	0.9	1.1	2.0	kg					
刻み昆布	1.5	1.9	1.2	1.8	3.0	Kg					
ねぎ	1.7	2.2	0.9	2.0	2.9	Kg					
こめサラダ油 : 150	1.0	1.3	0.9	1.2	2.1	kg					
花かつお (ティーパ	3.0	3.8	6.0	8.0	14.0	袋					
チキンブイヨン 3kg	10.0	12.8	3.0	4.0	7.0	袋					
濃口しょうゆ (ペッ	2.8	3.6	2.7	3.2	5.9	kg					
シママース	0.8	1.0	0.8	1.0	1.8	kg				人員計	978
料理酒 : 1800cc	1.0	1.3	0.9	1.2	2.1	kg				給食費	260,014
(蒸し)										1食単価	265.86
FMうす味たれ付き肉	30.0	30.0	990.0	970.0	1960.0	個				中学校	
【学配】										エネルギーkcal	646
お米deバナナのス	25.0	25.0	978.0	952.0	1930.0	個				たんぱく質g	24.7
										脂質g	16.5
										東風平中	932
										調理場	20
										人員計	952
										給食費	
										1食単価	
										合計給食費	
										備考	
										東風平小・学校欠食	
お茶					48.0	本					

学校給食の記録

具志頭学校給食センター

令和7年 7月 7日 (月)		天気 (晴 曇 雨)				所長	副所長	栄養士			
献立名	牛乳 たきこみごはん あまのがわじる ささみチーズフ ライ カラフルゼリー										
食品名	純使用量		使用量		総量	単位	単価	総金額	業者名	給食人員 合計	1,450
	小	中	小	中							
牛乳	206.0	206.0	993.0	457.0	1450.0	本				小学校	
☑精米：10kg	57.4	74.4	56.0	34.0	90.0	kg				エネルギーkcal	615
☑無圧ペン麦	6.0	8.8	5.0	3.0	8.0	kg				たんぱく質g	27.5
☑カルシウム米：500g	0.7	0.8	0.65	0.35	1.0	kg				脂質g	21.2
☑鶏むね皮なし	15.0	18.0	15.0	8.5	23.5	Kg					
☑白かまぼこ	9.1	12.0	9.0	5.0	14.0	Kg				具志頭小	516
☑しめじ	5.0	6.0	5.0	3.0	8.0	Kg				新城小	477
☑にんじん	10.0	12.0	10.0	5.0	15.0	Kg					
☑きざみこんにやく	10.0	12.0	9.0	5.0	14.0	kg					
☑あお豆(冷)★	4.0	6.0	3.0	2.0	5.0	kg					
☑冷凍コーン	5.0	6.0	5.0	3.0	8.0	kg					
☑こめサラダ油	2.5	3.0	2.5	1.4	3.9	kg					
☑しょうゆ	2.4	3.0	2.4	1.4	3.8	kg'					
☑シママース	0.8	1.0	760.0	440.0	1200.0	g					
☑料理酒	1.5	1.8	0.8	0.5	1.3	kg				人員計	993
☑みりん	1.2	1.4	1.1	0.7	1.8	Kg				給食費	287,361
☑だしパック	3.0	3.6	3.0	2.0	5.0	袋				1食単価	289.39
☑鶏むね皮なし	10.2	14.4	10.5	7.0	17.5	Kg				中学校	
☑だいこん	14.5	20.4	15.0	10.0	25.0	Kg				エネルギーkcal	759
☑にんじん	5.0	8.4	5.0	3.0	8.0	Kg				たんぱく質g	34.4
☑おきなわもずく	13.0	18.0	12.0	8.0	20.0	Kg				脂質g	25.4
☑オクラ(角)	2.5	3.6	2.0	1.0	3.0	Kg					
☑冷凍スライス人参(星)約70	1.0	1.2	9.0	5.0	14.0	P				具志頭中	444
☑だしパック	2.5	3.6	3.0	2.0	5.0	袋				八重瀬セ	13
☑シママース	0.7	1.0	680.0	440.0	1120.0	g					
☑しょうゆ	0.9	1.2	0.8	0.5	1.4	kg'					
☑おろししょうが	0.2	0.2	0.2	0.1	0.3	kg					
☑ささみチーズフライ	40.7		1010.0		1010.0	個				人員計	457
☑ささみチーズフライ		55.4		460.0	460.0	個				給食費	
☑カラフルゼリー(サイダー風)：30g	30.0	30.0	993.0	457.0	1450.0	個				1食単価	
										合計給食費	
										備考	
										汁 小仕上げ145L 中仕上げ100L	
										環境科学センター衛生検査	

学校給食の記録

令和7年 1月 17日 (金)		天気 (晴 曇 雨)				所長	副所長	栄養士			
献立名	牛乳 あげパン (小学校) コッペパン (中学校) ラビオリスープ やさいソテー チーズ はちみつ										
食品名	純使用量		使用量		総量	単位	単価	総金額	業者名	給食人員合計	1,381
	小	中	小	中							
牛乳	206.0	206.0	968.0	413.0	1381.0	本				小学校	
コッペ・食パン (基)	45.0		490.0		490.0	個				エネルギーkcal	691
コッペ・食パン (基)	55.0		478.0		478.0	個				たんぱく質g	26.4
サラダ油 (一般物資)	5.0		2.0		2.0	缶				脂質g	30.0
☑粉末黒糖	3.1		3.0		3.0	kg					
☑三温糖	3.1		3.0		3.0	kg				具志頭小	524
☑粉末アーモンド :	2.1		2.0		2.0	kg				新城小	444
☑きな粉 : 200g	2.0		9.0		9.0	袋					
☑脱脂粉乳	1.0		1.0		1.0	kg					
コッペ・食パン (基)		65.0		413.0	413.0	個					
包装費		1.0		413.0	413.0	個					
☑ラビオリ : 1000g	20.0	24.0	19.0	9.0	28.0	kg					
☑ベーコン	5.0	6.0	4.0	2.0	6.0	Kg					
じゃがいも	20.0	24.0	21.0	11.0	32.0	Kg					
にんじん	10.0	12.0	9.0	5.0	14.0	Kg				人員計	968
たまねぎ	10.0	12.0	11.0	6.0	17.0	Kg				給食費	307,948
☑キャベツ	10.0	12.0	11.0	5.0	16.0	Kg				1食単価	318.13
セロリ	3.0	3.6	4.0	2.0	6.0	Kg				中学校	
☑冷ボイルビーンズ	5.0	6.0	5.0	2.0	7.0	kg				エネルギーkcal	731
☑こめサラダ油	1.0	1.2	1.0	0.5	1.5	kg				たんぱく質g	28.0
☑トマトダイスカット	10.0	12.0	6.0	3.0	9.0	缶				脂質g	25.5
☑チキンブイヨン : 3	15.0	18.0	4.5	2.5	7.0	袋					
☑シママース	0.7	0.8	680.0	350.0	1030.0	g				具志頭中	401
☑コンソメ粉末 : 50	0.3	0.4	0.3	0.2	0.5	kg				八重瀬セ	12
☑おろしにんにく	0.1	0.1	0.1	0.0	0.1	kg					
パセリ 乾	0.0	0.0	19.0	8.0	27.0	g					
こしょう	0.0	0.0	9.0	4.0	13.0	g					
☑無塩せきウインナー	12.0	14.4	12.0	6.0	18.0	Kg				人員計	413
☑ブロッコリー (冷)	45.0	54.0	44.0	22.0	66.0	kg				給食費	
たまねぎ	20.0	24.0	21.0	11.0	32.0	Kg				1食単価	
にんじん	15.0	18.0	14.0	7.0	21.0	Kg				合計給食費	
☑冷凍コーン	10.0	12.0	10.0	5.0	15.0	kg				備考	
おろしにんにく	0.4	0.4	0.3	0.2	0.5	kg					
☑こめサラダ油	1.2	1.4	1.2	0.6	1.8	kg					
☑しょうゆ	0.8	1.0	0.8	0.4	1.2	kg'					
☑シママース	0.3	0.4	295.0	150.0	445.0	g					
☑こしょう	0.0	0.0	9.0	4.0	13.0	g					
☑ベビーチーズ (Ca+	10.0	10.0	968.0	413.0	1381.0	個					
☑純粹はちみつ : 15		15.6		425.0	425.0	袋					