

令和5年

6月の予定献立表

※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・天候によって献立を変更することがあります。

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	650	24	18
	中学校	830	31	23

こ ん だ て	<p>☆6月の欠食予定☆</p> <p>○6月5日(月) 島袋小欠食 《日曜授業参観振替》</p> <p>○6月22日(木) 北中城中3年欠食 《平和学習》</p>				<p>6月4日~10日は</p> <p>歯と口の健康週間</p>				<p>1(木)</p> <p>牛乳</p>			<p>2(金)</p> <p>牛乳</p>		
	小学校	C 510	P 20.5	F 16.9	C 429	P 25.7	F 19.3	C 510	P 20.5	F 16.9	C 429	P 25.7	F 19.3	
中学校	C 610	P 24.1	F 18.9	C 490	P 30.1	F 21.7	C 610	P 24.1	F 18.9	C 490	P 30.1	F 21.7		
こ ん だ て	<p>5(月)</p> <p>牛乳</p>		<p>6(火)</p> <p>牛乳</p>		<p>7(水)</p> <p>牛乳</p>		<p>8(木)</p> <p>牛乳</p>		<p>9(金)</p> <p>牛乳</p>					
	小学校	C 555	P 17.7	F 15.4	C 565	P 23.1	F 21.2	C 507	P 19.7	F 19.1	C 491	P 21.6	F 12.7	
中学校	C 665	P 20	F 17.1	C 643	P 25.8	F 23.2	C 585	P 22.8	F 21.2	C 590	P 25	F 13.7		
こ ん だ て	<p>12(月)</p> <p>牛乳</p>		<p>13(火)</p> <p>牛乳</p>		<p>14(水)</p> <p>牛乳</p>		<p>15(木) 琉球料理の日</p> <p>牛乳</p>		<p>16(金)</p> <p>牛乳</p>					
	小学校	C 528	P 26.9	F 15	C 518	P 26.4	F 18.7	C 578	P 22	F 21.9	C 528	P 26	F 16.1	
中学校	C 630	P 31.5	F 16.4	C 600	P 31.1	F 21.4	C 661	P 24.9	F 24.5	C 635	P 30.3	F 17.8		
こ ん だ て	<p>19(月)</p> <p>牛乳</p>		<p>20(火)</p> <p>牛乳</p>		<p>21(水) ユッカヌヒー</p> <p>牛乳</p>		<p>22(木) グングァチグニチ</p> <p>《慰霊の日献立》</p> <p>牛乳</p>		<p>23(金) 慰霊の日</p>					
	小学校	C 484	P 23.4	F 16.2	C 506	P 20.2	F 14	C 574	P 24.3	F 13.5	C 415	P 17.2	F 11.7	
中学校	C 564	P 27.4	F 18.6	C 606	P 23.4	F 15.3	C 691	P 28.1	F 15.1	C 502	P 19.5	F 12.4		
こ ん だ て	<p>26(月)</p> <p>牛乳</p>		<p>27(火)</p> <p>牛乳</p>		<p>28(水)</p> <p>牛乳</p>		<p>29(木)</p> <p>牛乳</p>		<p>30(金)</p> <p>牛乳</p>					
	小学校	C 544	P 21.9	F 15.7	C 502	P 24.1	F 16.3	C 502	P 18.2	F 17	C 555	P 24.7	F 17.3	
中学校	C 653	P 25.5	F 17.5	C 619	P 28.9	F 19.3	C 570	P 20.1	F 18.9	C 643	P 29.2	F 19.6		

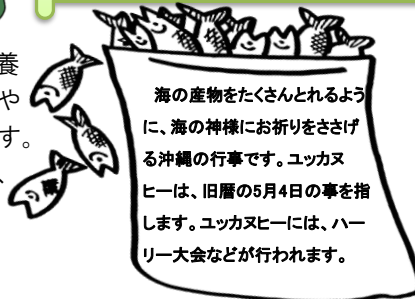


残量調査を行います!

6月は残量調査週間です。毎日の学校給食で栄養がきちんととれているかを調べ、食事内容の改善や食に関する指導に役立てることを目的としています。
今回は、島袋小学校と北中城中学校を対象とし、期間は6月12日(月)~6月16日(金)です。

うちなー行事

ユッカヌヒー・グングァチグニチってなあに？



グングァチグニチとは、旧暦五月五日の端午の節句の行事です。子どもの成長を祝って、あまがし(餅の入らないぜんざいに似た菓子)に菖蒲の葉をそえて仏壇に供えます。菖蒲には邪気をはらう力があるとされています。

