

令和3年 9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
家庭・学級においても毎日確認してください。

渡嘉敷村学校給食共同調理場

TEL: 098-987-2452
FAX: 098-987-2452

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	中学校
			650	830
			21.1~ 32.5	14.4~ 21.7
			27.0~ 41.5	18.4~ 27.7

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	働く力や体温をとる
緑の食品	体の調子をととのえる

8月									
8/27(金)●小中始業式●		8/30(月)		8/31※幼稚園給食なし		9/1※幼稚園牛乳開始		2(木)	
ぎゅうにゅう タコライス じゃがいもとアーサのスープ べにいもタルト (県無償提供事業:県産お菓子)		ぎゅうにゅう ゆかりごはん いりどり あまずあえ あさりのみそしる ネーブルオレンジ		ぎゅうにゅう ゴーヤーカラーチャーハン しまぎかなのもずくあんかけ ポテトサラダ コーンスープ		ぎゅうにゅう なかよしパン スパニッシュオムレツ こまつなのアーモンドあえ スープスパゲティ		ぎゅうにゅう むぎごはん おからコロツケ イカのすみそあえ すましじる スナックアーモンド	
牛乳,大豆,豚肉,鶏レバー(鶏肉),チーズ(乳), アーサ,全卵,粉寒天		牛乳,鶏肉,卵抜ききくわ(大豆),わかめ,しらす干し, あさり,豆腐(大豆),麦みそ(大豆)		牛乳,無塩せきウインナー(卵抜),卵しいら,もずく, チーズ(乳),ハム(卵抜),脱脂粉乳,白花豆,		牛乳,脱脂粉乳,全卵,無塩せきウインナー(卵抜), ハム(卵抜),あさり,鶏肉,白花豆,白いんげん		牛乳,おから,ツナ,全卵,わかめ,イカ,白みそ(大豆)	
米,麦,上白糖,こめ油,じゃがいも,バター(乳),べにいも		米,上白糖,ごま,こめ油,さとう		米,こめ油,でん粉,小麦粉(小麦),大豆油(大豆), じゃがいも,大豆油,上白糖		米,麦,じゃがいも,こめ油,小麦粉(小麦),バター(乳), アーモンド,こめ油,小麦粉(小麦),バター(乳)		米,麦,じゃがいも,こめ油,小麦粉(小麦),バター(乳), 小麦,大豆,大豆油(大豆),さとう,アーモンド	
にんじん,たまねぎ,ピーマン,トマト,にんにく, キャベツ		うめし,人参,ごぼう,こんにゃく,菊,グリーンピース, ソーウイ,きゅうり,長葱,オレンジ		ゴーヤー,たまねぎ,にんじん,しょうが,きゅうり, コーン,パセリ		たまねぎ,ピーマン,にんじん,キャベツ,小松菜, マッシュルーム,パセリ		パセリ,たまねぎ,にんじん,もやし,小松菜,えのき, たけ,カニワセ	
C 680 P 28 F 23.8 C 858 P 33.9 F 26.5		C 566 P 28.1 F 14.6 C 732 P 33.8 F 16.1		C 684 P 27.1 F 23.2 C 842 P 32.6 F 26.5		C 667 P 33.7 F 24.9 C 777 P 38.9 F 28.3		C 601 P 25.7 F 20 C 759 P 29.9 F 21.4	
	こ ん だ て	6(月)		7(火)		8(水)		9(木)	
		ぎゅうにゅう もずくどん(寄贈もずく使用・富嶺さん) べにいもかりんとう にらたまスープ		ぎゅうにゅう スパゲティミートソース ビーンズサラダ ナタデココフルーツ		ぎゅうにゅう メロンパン あげどりマリネ とうがんカレースープ バナナ		ぎゅうにゅう もちきびごはん さばのトウバンジャンやき ひじきいため ぶたじゃがみそしる ネーブルオレンジ	
		牛乳,もずく,豚肉,全卵,絹ごし豆腐(大豆)		牛乳,豚肉,豚レバー,ひよこ豆,青えんどう豆, 赤いんげん豆,無塩せきベーコン(卵抜),しらす		牛乳,脱脂粉乳,鶏肉,無塩せきウインナー(卵抜)		牛乳,さば,鶏肉,ひじき,チキアギ(卵抜),大豆,豚肉, 麦みそ(大豆)	
		米,麦,さとう,でん粉,ごま油,こめ油,紅イモ,さつま いも,大豆油(大豆),水あめ,ごま		こめ油,さとう		強力粉(小麦),さとう,ショートニング,メロンパン の皮(小麦,卵,乳),小麦粉(小麦),大豆油(大		米,もちきび,さとう,ごま,こめ油,じゃがいも	
		にんじん,たまねぎ,小松菜,にんにくにら		玉葱,人参,ピーマン,マッシュルーム,にんにく,ト マト,ブロッコリー,キャベツ,パセリ,ナタデココ,み かん,桃,バナナ(缶),林檎		にんにく,たまねぎ,パセリ,きゅうり,パイン(缶詰), キャベツ,にんじん,とうがん,バナナ		しいたけ,にんじん,こんにゃく,ほうれんそう,長ね ぎ,オレンジ	
		小学校 C 634 P 22.6 F 20.9 中学校 C 816 P 27 F 23.5		C 642 P 25.5 F 21.8 C 781 P 30.4 F 25.1		C 628 P 26.2 F 21.6 C 750 P 31.2 F 24.7		C 592 P 28.2 F 18.7 C 773 P 34.2 F 21.7	
	こ ん だ て	13(月)		14(火)●トーカチ●		15(水)		16(木)渡小3・4年欠食	
		ぎゅうにゅう いもごはん きびなごフライ ゴーヤーぶたしやぶサラダ だいこんとわかめのちゅうかスープ なし		ぎゅうにゅう くろまいごはん クービーリチー モーウイのシークアーサーあえ イナムドゥチ ドラゴンフルーツゼリー		ぎゅうにゅう コッペパン ポークビーンズ コールスローサラダ マッシュルームスープ ネーブルオレンジ		ぎゅうにゅう むぎごはん ぶたのしょうがいため ほうれんそうのおかかあえ だいこんのみそしる クミアンダーギー(県無償提供紅芋使用)	
		牛乳,きびなご,豚肉,わかめ		牛乳,昆布,豚肉,かまぼこ(卵抜),ツナ,カステラ, かまぼこ(卵抜),厚揚げ(大豆),甘口白みそ(大		牛乳,脱脂粉乳,大豆,豚肉,鶏肉,白花豆,白いん げん豆		牛乳,豚肉,麦みそ(大豆),糸けずり,油揚げ(大	
		米,さつまいも,ごま,なたね油,パン粉(小麦),大豆 油(大豆),こめ油,さとう,ごま油		米,黒米,こめ油,さとう		強力粉(小麦),さとう,ショートニング,じゃがいも, こめ油,大豆油,上白糖,小麦粉(小麦),バター		米,麦,こめ油,さとう,ごま,紅芋,もち粉	
		たまねぎ,ゴーヤー,にんじん,ブロッコリー,しいた け,きゅうり,シークワサー,だいこん,長ねぎ,なし		こんにゃく,モーウイ,きゅうり,シークワサー,し いたけ,トウモロコシ		にんじん,たまねぎ,ピーマン,にんにく,キャベツ, きゅうり,コーン,レモン,マッシュルーム,パセリ,オ		しょうが,たまねぎ,にんじん,長ねぎ,ほうれんそう, キャベツ,だいこん	
		小学校 C 589 P 23 F 22.5 中学校 C 769 P 28.1 F 25.9		C 636 P 23.5 F 23.3 C 816 P 27.8 F 26.5		C 641 P 27.6 F 22.5 C 758 P 31 F 25.7		C 657 P 29 F 16.2 C 839 P 34.8 F 18.1	
	こ ん だ て	20(月)		21(火)●八月十五夜●		22(水)●県無償提供車海老●		23(木)	
		ぎゅうにゅう もちきびごはん とうがんととりそぼろのにも ゴーヤーのあげに アーサじる ふちゃぎ(十五夜行事食)		ぎゅうにゅう もちきびごはん とうがんととりそぼろのにも ゴーヤーのあげに アーサじる ふちゃぎ(十五夜行事食)		ぎゅうにゅう むぎごはん 久米島産車えびのおしやき ごもくきんびら なめこのみそしる ネーブルオレンジ		ぎゅうにゅう キムチチャーハン きびなごのごまあげ はるさめのすのもの わかめスープ	
		牛乳,鶏肉,だいず 全粒 米国産,乾,アーサ,小 豆		牛乳,鶏肉,だいず 全粒 米国産,乾,アーサ,小 豆		牛乳,えび,豚肉,豆腐(大豆),麦みそ(大豆)		牛乳,豚肉,全卵,きびなご,青のり,ハム(卵抜),わ かめ,豆腐(大豆)	
		米,もちきび,なたね油,こめ油,さとう,でん粉,大豆 油(大豆),ごま,もち粉		米,もちきび,なたね油,こめ油,さとう,でん粉,大豆 油(大豆),ごま,もち粉		米,麦,こめ油,さとう,ごま,ごま油		米,こめ油,ごま油,小麦粉(小麦),でん粉,ごま,緑 豆,はるさめ,さとう	
		とうがんとにんじん,しょうが,あお豆(大豆),コー ヤー,えのきたけ		とうがんとにんじん,しょうが,あお豆(大豆),コー ヤー,えのきたけ		ごぼう,小松菜,にんじん,こんにゃく,なめこ,長ね ぎ,オレンジ		長ねぎ,人参,白菜,キムチ(小麦,りんご,大豆,さ ば),ピーマン,にんにく,しょうが,きゅうり,きくらげ, 海苔	
		C 683 P 25.2 F 18.6 C 878 P 30.6 F 21.1		C 617 P 31 F 21.6 C 709 P 35.9 F 24.5		C 555 P 32.1 F 13.9 C 715 P 39.2 F 15.4		C 596 P 24.8 F 23.5 C 758 P 29.9 F 27	
	こ ん だ て	27(月)阿小欠食		28(火)		29(水)		30(木)	
		ぎゅうにゅう もちきびごはん レバーかりんとう フータシャー そうめんじる ネーブルオレンジ		ぎゅうにゅう うずまきパン しまぎかなのピザソースやき ブロッコリーとナッツのサラダ ABCスープ バナナ		ぎゅうにゅう チキンカレー じゃこサラダ あおぎりみかん		ぎゅうにゅう ごもくめし あげどうふのそぼろあん スヌイのすのもの さいいものみそしる	
		牛乳,豚レバー,豚肉		牛乳,脱脂粉乳,しいら,チーズ(乳),ハム(卵抜), 無塩せきベーコン(卵抜)		牛乳,鶏肉,しらす干し		牛乳,鶏肉,油揚げ(大豆),豆腐(大豆),豚肉,もず く,麦みそ(大豆)	
		米,もちきび,でん粉,こめ油,さとう,ごま,車ふ(小 麦),そうめん(小麦)		強力粉(小麦),さとう,ショートニング,アーモンド, こめ油,マカロニ(小麦)		米,麦,じゃがいも,こめ油,さとう,ごま油		米,さとう,こめ油,小麦粉(小麦),でん粉,大豆油 (大豆),車ふ	
		しょうが,もやし,キャベツ,にんじん,たまねぎ,にら, しいたけ,こねぎ,オレンジ		赤ピーマン,ピーマン,たまねぎ,トマト,パセリ,ブ ロッコリー,カリフラワー,キャベツ,にんじん,パチ		にんじん,たまねぎ,にんにく,ブロッコリー,小松菜, キャベツ,コーン,みかん		にんじん,こんにゃく,しいたけ,ごぼう,たまねぎ,え のきたけ,たけのこ,しょうが,きゅうり,シークワ	
		小学校 C 597 P 26.5 F 19 中学校 C 772 P 31.6 F 21.3		C 617 P 31 F 21.6 C 709 P 35.9 F 24.5		C 607 P 21.4 F 14.5 C 785 P 27.2 F 16.7		C 637 P 26.3 F 23.5 C 796 P 32.8 F 27.9	
	こ ん だ て	敬老の日		秋分の日					
		あか		あか					
		き		き					
		みどり		みどり					
		小学校 C 597 P 26.5 F 19 中学校 C 772 P 31.6 F 21.3		C 617 P 31 F 21.6 C 709 P 35.9 F 24.5		C 607 P 21.4 F 14.5 C 785 P 27.2 F 16.7		C 637 P 26.3 F 23.5 C 796 P 32.8 F 27.9	