

令和4年
4月の予定献立表



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	体の調子をとのえる

宮古島市上野学校給食共同調理場

TEL: 0980-76-6245
FAX: 0980-76-6299

給食当番の衛生チェック

髪の毛が出ないように帽子をかぶる

髪が長い人は結みましょう

マスクで鼻と口をおおう

手はせっけんできれいに洗う

爪は短く切っておきましょう

清潔な白衣(エプロン)を身につける

清潔なハンカチを用意する

おなかの調子が悪い、吐き気がするなど、体調が悪い人は、当番を交代してもらってください。

白衣を床でたたんだり、食器や食缶を床に置いたりしないようにしましょう。

日	献立	献立	献立	献立	献立		
7(木)	いわしの生姜煮 お祝いいちごゼリー 黒米ごはん シームヌ	8(金) 中1 給食スタート にら入り卵焼き 甘夏みかん ゴーヤーのカレーマヨ和え 麦ごはん ジャがいものみそ汁	11(月)	いわしのカリカリフライ 甘夏みかん 梅かつお和え 麦ごはん 冬瓜のそぼろ煮	12(火)	お蒸しケーキ 汁そば ゴーヤーチャンプルー	
13(水) 小1 給食スタート	春巻 お祝いいちごゼリー(小1のみ) いよかん わかめの中華和え 麦ごはん 八宝菜	14(木)	カットコーン フルーツヨーグルト カレーライス	15(金)	ハンバーグ ネーブル コールスローサラダ バーガーパン 野菜スープ	18(月)	鮭のコーンマヨ焼き いよかん ひじきの炒め煮 麦ごはん けんちん汁
19(火) 食育の日	きびなごのから揚げ 黒糖ビーンズ パパイヤリチー クファージュシーアーサ汁	20(水)	ポテトサラダ でこぼん アスパラと卵のスープ スパゲティナポリタン	21(木)	紅芋ごま団子 もずく丼 冬瓜のすまし汁	22(金)	パイ ごまジャコサラダ 黒糖パン 春野菜のクリーム煮
25(月)	さばの照り焼き でこぼん にんじんシリシリ 麦ごはん 冬瓜ンブシー	26(火)	シューマイ ニューサーマー 春雨サラダ 麦ごはん マーボー豆腐	27(水)	ちくわの磯辺あげ 千草和え ゆかりごはん 肉じゃが	28(木)	黄桃 タコライス もずくスープ
29(金)	<div style="border: 2px dashed green; border-radius: 50%; padding: 20px; width: fit-content; margin: 0 auto;"> <p style="text-align: center;">毎月19日は「食育の日」</p> <p style="text-align: center;">郷土料理や地域でとれる食材を使った献立を予定しています。 *休日に当たるときはその前または後に設定します。</p> </div>						

新しい生活様式を踏まえた 給食時間の約束

教室内の換気、机の上の片付けなど、食事の環境を整えましょう。

給食の前後に、せっけんできれいに手を洗いましょう。

給食当番は必ず健康チェックをし、きちんと身じたくを整えましょう。

マスクは、「いただきます」のあいさつの後に外し、マスク入れなどにしまいましょう。

姿勢よく、前を向いて静かに食べましょう。

食べているときは、しゃべったり立ち歩いたりしないようにしましょう。