



Table with columns: 日曜日, こんだて名, あかの食品, みどりの食品, きいろの食品, その他, エネルギー kcal, たんぱく質 g, 脂質 g, 食塩相当量 g. Rows include meals like 1水, 2木, 3金, 6月, 7火, 8水, 9木, 10金, 13月, 14火, 15水, 16木, 17金, 20月, 21火, 22水, 24金, 27月, 28火.

今月の目標

感謝の気持ちをもって食事をしよう

中学年平均

613 25.5 20.7 2.2

☆食材料の都合により、内容が異なることがあります。

※裏面に今月の使用食材の主な産地を掲載してありますので、ご参照ください。

学校給食摂取基準(中学年):エネルギー 650kcal、たんぱく質※21~32.5g、脂質※ 14.4~21.6g、食塩相当量 2g未満

※たんぱく質:学校給食による摂取エネルギー比13~20%、脂質:学校給食による摂取エネルギー比20~30%

