



給食予定献立表

Main table with columns for date, meal name, food categories (vegetables, proteins, grains, etc.), and nutritional values (kcal, protein, fat, etc.).

Summary row for the month: 今月の目標 (Monthly Goal), たべもののはたらきをしよう (Let's use the power of food), 中学年平均 (Middle School Average), and average nutritional values.

※裏面に今月の使用食料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%