

Table with columns: 日曜 (Day/Week), 休みの学校 (School Holiday), 献立名 (Menu Name), 使用する材料 (Ingredients), 栄養価 (Nutritional Value). Rows include various days like 1 (火), 2 (水), 3 (木 - Cultural Day), 4 (金), 7 (月 - Winter), 8 (火 - Good Teeth Day), 9 (水 - Wash Hands), 10 (木), 11 (金 - Fish Day), 14 (月), 15 (火), 16 (水 - Capret Club), 17 (木), 18 (金), 21 (月), 22 (火 - Snow), 23 (水 - Labor Thanksgiving Day), 24 (木 - Nutrition Day), 25 (金), 28 (月), 29 (火), 30 (水).

月平均栄養価 エネルギー：822Kcal たんぱく質：32.2g 脂質：24.7g 塩分：3.2g

普段の食事でも不足しがちな「カルシウム」「鉄」「食物繊維」などは成長期に欠かせない栄養素です。給食以外の食事においても積極的にとるよう心がけましょう。都合により、献立内容を変更することがありますので、ご了承ください。

11月 今月の給食目標... 地場産物や郷土料理について知ろう。 実りの秋です。地域で生産したものを地域で消費する「地産地消」という言葉を聞いたことがありますか？「地産地消」は、新鮮な食べ物が食べられるだけでなく、食料自給率の向上にもつながります。
- 今月の地場産品: 太字の「米・わかめ・梨シロップ漬け・とびっ恋ジャム(梨ジャム)・梨すいほうし・ねぎ」は、新鮮でおいしい利府町産を使用する予定です。
- はしを上手に使う日: 9日(水)のはしを上手に使う日のテーマは「さく」です。「さばの照り焼き」を、はしを上手につかって食べましょう。
- 食育の日メニュー: 25日(金)の食育の日メニューは、前日24日の和食の日になんで『だしを味わう和食給食』です。
- キャベツクラブメニュー: 16日(水)は、町内の食育ボランティアグループ「キャベツクラブ」のみなさんと考えた「利府町と宮城県の郷土料理献立」です。