



10月分 予定献立表

(中学校)



☎: 356-7135

Main table with columns: 日曜 (Day/Week), 給食がない学校 (No school lunch), 行事など (Events), 献立名 (Menu Name), 使用する材料 (Ingredients), 栄養価 (Nutritional Value). Includes rows for 振替休業日, スポーツの日, and a school closure notice for 10/27-10/29.



10月 今月の給食目標... バランスよく食事をしよう



10月11日(金) はしを上手に使う日

2本のはしを上手に持って、煮魚をきれいに食べる練習をしましょう。

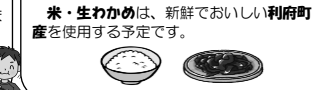


10月18日(金) 食育の日メニュー 「ごはんがすすむ献立」

「豚丼の具」をごはんと一緒においしくいただきます。また、旬野菜のみそ汁には、旬のさつまいもが入っています。



今月の地場産品 米・生わかめは、新鮮でおいしい利府町産を使用する予定です。



和食で栄養バランスを整えましょう

和食の基本は、主食である米飯と汁物に、おかずを2、3種類組み合わせる食事です。

