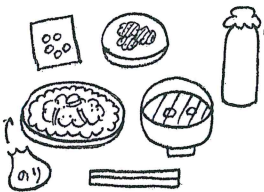
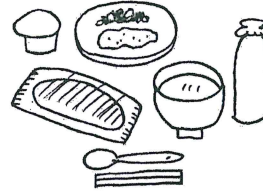
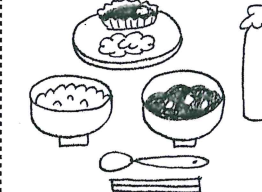
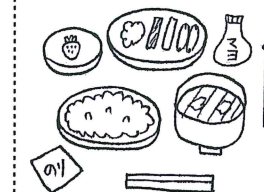
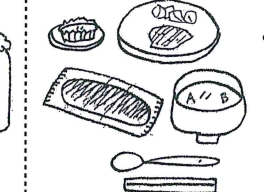
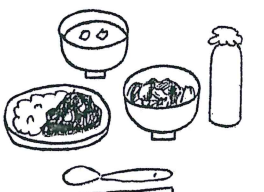
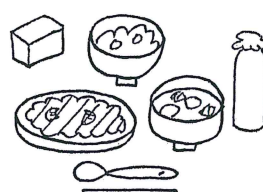
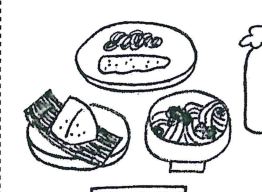
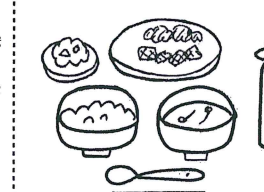
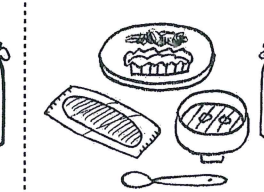

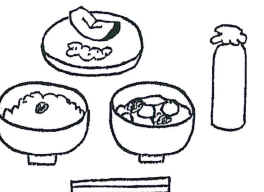
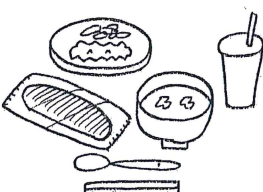
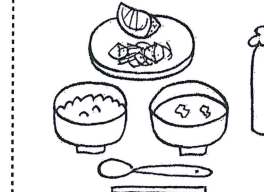
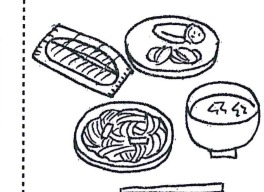
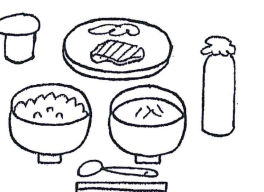



月			火			水			木			金																	
1	エネルギー 634 kcal	たんぱく質 27.4 g	しつ 14.4 g	2	エネルギー 701 kcal	たんぱく質 26.7 g	しつ 26.2 g	3	エネルギー 648 kcal	たんぱく質 22.2 g	しつ 16.8 g	4	エネルギー 696 kcal	たんぱく質 27.5 g	しつ 28.3 g	5	エネルギー 650 kcal	たんぱく質 28.5 g	しつ 17.5 g										
<p>ちらしずし ぎゅうにゅう ブロッコリーの ごまあえ♪ あざりのみそしる ひなあられ</p> 			<p>コッペパン ぎゅうにゅう てんねんだいのパセリフリット まめとひじきのごまマヨあえ コーンポタージュ♪ すだちゼリー</p> 			<p>ごはん ぎゅうにゅう ポークビーンズ キャベツのヨーグルトサラダ オレンジゼリー</p> 			<p>てまきずし♪ こまつなのみそしる いちご ぎゅうにゅう</p> 			<p>こくとろパン ぎゅうにゅう タンドリーチキン♪ あげじゃが♪ おとうぜりー♪ マカロニとやさいのスープ♪</p> 																	
8	エネルギー 845 kcal	たんぱく質 29.9 g	しつ 28.6 g	9	エネルギー 706 kcal	たんぱく質 22.7 g	しつ 24.1 g	10	エネルギー 635 kcal	たんぱく質 32.0 g	しつ 15.0 g	11	エネルギー 613 kcal	たんぱく質 21.1 g	しつ 16.6 g	12	エネルギー 591 kcal	たんぱく質 26.7 g	しつ 19.7 g										
<p>わぎゅうカレーライス♪ わかめサラダ♪ フルーツしらたま♪ ぎゅうにゅう</p> 			<p>エビピラフ♪ ぎゅうにゅう ポトフ まめのごまマヨあえ そつぎょうおいわいデザート♪</p> 			<p>きのこうどん おにぎり さきみのてんぷら ほうれんそうのじゃこあえ ぎゅうにゅう</p> 			<p>ごはん ぎゅうにゅう ピリカラポーク りんごきんとん はくさいのおひたし もやしとはるさめのスープ</p> 			<p>コッペパン ぎゅうにゅう かいばしらのグラタン こまつなとソーセージのソテー まめとやさいのスープ</p> 																	
15	エネルギー 579 kcal	たんぱく質 25.1 g	しつ 13.6 g	16	エネルギー 652 kcal	たんぱく質 22.2 g	しつ 18.7 g	17	<p>しょうがっこう そつぎょうしき</p> 			18	エネルギー 631 kcal	たんぱく質 21.3 g	しつ 17.1 g	19	エネルギー 610 kcal	たんぱく質 23.4 g	しつ 19.5 g										
<p>ごはん うめぼし にくどうふ キャベツのごまあえ りんご ぎゅうにゅう</p> 			<p>コッペパン はっこうにゅう いかのアーモンドあげ マカロニサラダ かぼちゃポタージュ</p> 			<p>ごはん ぎゅうにゅう はくさいのクリームに ジャガイモとはるさめのいためもの きよみオレンジ</p> 						<p>ベビーパン ぎゅうにゅう やきそば チンゲンサイのソテー はくさいスープ パナナ</p> 																	
22	エネルギー 672 kcal	たんぱく質 25.0 g	しつ 25.0 g	<p>ごはん ぎゅうにゅう さばのおおやき ヨーグルト はくさいのそくせきづけ とうふとわかめのみそしる</p> 																									
<p>みなさんの「おいしかった!」や カラッポになった 食卓は、あなた 給食ではたらく人にとっての 宝物になっています。これからも しっかり食べ元気に過ごしてね!</p> 												<p>め かわくち で ついだ か ひけたし ら おごき く うなだ し りんそん ま まっさき べ なかすじ</p>			<p>そ もり たにくち もり やまもと よほと えはら さかいち</p>			<p>ぎ もり と も っ し ま さかいち</p>			<p>よ お い か あんどう ひらい</p>			<p>う かわばた ごとう れ さかもと し おたに た り のちのち いのもと</p>			<p>お まつと お お もりた いとう</p>		

各校ごとの実施日については学校だより等をご確認下さい。また、エネルギー、たんぱく質、脂質は小学校中学年の量を記載しています。

Table with 5 columns (1-5) and 2 rows of food items. Column 1: 1 すしごはん(M) 牛乳. Column 2: 2 コッパンパン 牛乳. Column 3: 3 ごはん(S) 牛乳. Column 4: 4 すしごはん(S) 牛乳. Column 5: 5 黒糖パン 牛乳. Each cell contains a list of food items with their quantities and colors.

Table with 4 columns (8-11) and 2 rows of food items. Column 8: 8 ごはん(M) 牛乳. Column 9: 9 牛乳. Column 10: 10 おにぎり 牛乳. Column 11: 11 ごはん(M) 牛乳. Each cell contains a list of food items with their quantities and colors.

Table with 4 columns (15-19) and 2 rows of food items. Column 15: 15 ごはん(M) 牛乳. Column 16: 16 コッパンパン はちみつ乳. Column 17: 17 小学校卒業式. Column 18: 18 ごはん(M) 牛乳. Column 19: 19 ベビーパン 牛乳. Each cell contains a list of food items with their quantities and colors.

Table with 2 columns (22) and 2 rows of food items. Column 22: 22 ごはん(S) 牛乳. Each cell contains a list of food items with their quantities and colors.

「新しい生活様式」バージョン できたかな... (A thought bubble containing the text and a drawing of a girl's face.)

1年間の給食を振り返りましょう!

この1年間の給食時間を振り返り、よくできたことに○を、時々できたことに△を、できなかったことに×をつけましょう。は、自由に書きましょう。

給食の前の準備と手洗い、給食当番の活動、食事の場面、静かに食事を摂る様子、必要な量を意識して残さず食べる様子、給食を通して学ぶ様子。各場面にはイラストと説明文が添えられている。

(栄養三色) 黄: ちからや熱になる(炭水化物、脂肪) 赤: からだをつくる(たんぱく質、ミネラル) 緑: からだの調子をととのえる(ビタミン、ミネラル、食物繊維) ★印は千早赤阪村産、☆印は河南町産です。 ※材料入荷の都合により内容を変更する場合があります。ご了承ください。