

令和5年10月分(Cグループ)

学校給食予定献立表

えいようさんしよく

栄養三色

食べ物は はたらきによって 3つの仲間に分けられます。



きいろ



ねつやエネルギーのもとになる

あか



からだをつくる

みどり



からだのちょうしをととのえる

秋の味覚を楽しもう

秋は「実りの秋」とも言われ、おいしい食材がたくさん出まわる季節です。旬のものは、おいしくて栄養価も高いので、からだを元気にしてくれます。今月の給食では、秋の味覚を楽しむことができる献立を取り入れています。自然の恵みや食べ物のいのちに感謝していただきましょう。



Table with 6 columns (2日(月) to 6日(金)) and 2 rows of menu items and nutritional data. Includes items like レタスのスープ, ジャンバラやのぐ, タンタンめん, はるまき, みそしる, かしわのすきやき, カレーシチュー, やさいサラダ, ビーフンスープ, バインミーふうサンド.

河内地区の郷土料理 4日(水) かしわのすき焼き. Includes text about the dish and a small illustration of a child.

Table with 4 columns (10日(火) to 13日(金)) and 2 rows of menu items and nutritional data. Includes items like コッペパン, ワンタンスープ, あじフライ, ぶくめに, チンゲンサイのびたし, わかめとほろかめのスープ, ヤムニョントンダ, クリームスープ, パスタサラダ.

