

令和6年10月(2024年10月)献立表(高津・宮前区)給食回数21回

【給食目標】 じょうぶな体をつくろう
【今月のねらい】 栄養バランスのとれた正しい食事のとり方がわかる

*献立名の下には献立のねらいを記載しています。
◎印の献立は今月のねらいに即した献立です。

Table with 4 columns (1-4) and 2 rows. Row 1: 10月は、以下の食材について県内産のものを学校給食に取り入れます。 1 (火) ぶどうパン... 2 (水) ごはん... 3 (木) ビーンズサンド... 4 (金) ビビンバ... Row 2: 学校給食費の口座振替日(納期限) 第5期 令和6年10月31日(木) 第6期 令和6年12月2日(月)

Table with 4 columns (7-11) and 2 rows. Row 1: 7 (月) しろパン... 8 (火) ごはん... 9 (水) はいがロールパン... 10 (木) むぎごはん... 11 (金) ごはん... Row 2: エネルギー 577kcal たんぱく質 23.6g エネルギー 672kcal たんぱく質 30.0g エネルギー 621kcal たんぱく質 26.1g エネルギー 611kcal たんぱく質 23.7g エネルギー 689kcal たんぱく質 25.5g

Table with 4 columns (16-18) and 2 rows. Row 1: 16 (水) ハヤシライス... 17 (木) フィッシュサンド... 18 (金) こうやどふのそぼろごはん... Row 2: エネルギー 708kcal たんぱく質 26.8g エネルギー 713kcal たんぱく質 29.5g エネルギー 607kcal たんぱく質 26.0g

Table with 4 columns (21-25) and 2 rows. Row 1: 21 (月) ごはん... 22 (火) ミニロールパン... 23 (水) ツナそぼろごはん... 24 (木) きなごパン... 25 (金) ごはん... Row 2: エネルギー 672kcal たんぱく質 30.8g エネルギー 597kcal たんぱく質 27.9g エネルギー 638kcal たんぱく質 26.4g エネルギー 674kcal たんぱく質 26.3g エネルギー 632kcal たんぱく質 26.0g

Table with 4 columns (28-31) and 2 rows. Row 1: 28 (月) ごはん... 29 (火) ごはん... 30 (水) しょくパン... 31 (木) チキンクリームライス... Row 2: エネルギー 609kcal たんぱく質 21.4g エネルギー 689kcal たんぱく質 27.1g エネルギー 658kcal たんぱく質 25.4g エネルギー 697kcal たんぱく質 23.8g

*ごはんは精白米、パンは小麦粉の量で示しています。*飲用牛乳は全学年200ccです。