



学校給食の献立と材料表

使用量(g)は中学年(3・4年生)の分量です。

※食材調達等の都合により、献立が変更になることがあります。 食物アレルギー対応に影響がある場合は、別途対象者にお知らせします。

Table with 10 columns for dates from Dec 1 to Dec 14, and rows for menus and detailed ingredient lists with quantities and color codes.

Table with 5 columns for dates from Dec 15 to Dec 21, including the '食育の日' (Food Education Day) on Dec 19, and rows for menus and detailed ingredient lists.

Information box for December 19th (Food Education Day) featuring 'ごはん・牛乳 スパイシーチキン フォーサラダ レタススープ・みかん' and a note about '食物アレルギーはありませんか?' (Do you have any food allergies?).

Information box for '地産地消献立' (Local Production, Local Consumption) featuring '12月8日(金)の小松菜のおひたし' and '12月18日(月)のけんちん汁', including an illustration of a book about the Winter Solstice.

赤：赤色の食品・・・体をつくるもとになるもの 黄：黄色の食品・・・熱や力になるもの 緑：緑色の食品・・・体の調子をととのえるもの

■一食あたり平均栄養素量

Table showing average nutritional values per meal: エネルギー, たんぱく質, 脂質, 食塩相当量, カルシウム, マグネシウム, 鉄, ビタミンA, ビタミンB1, ビタミンB2, ビタミンC, 食物繊維.

Information box for 'いくしあ' (Ikushia) support center, including phone number 6430-9989 and details about educational consultations.

Information box about school lunch fees, stating that payments are due by the 28th of each month.