

栄養価	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) しじつ(g) 食塩相当量(g)
きいろ	エネルギーのもとになるたべもの
あか	からだをつくるもとになるたべもの
みどり	からだのちようしをとのえるたべもの

※材料は主なものです。献立内容は都合により変更になる場合がありますので、ご了承ください。

特別支援学校・藤崎小・屋敷小・谷津南小・向山小

	エネルギー	たんぱく質	しじつ	食塩相当量
	kcal	%	%	g
平均	637	15.9	28.5	2.1
基準値	650	13～20	20～30	2.0未満

給せ第3-9号
習志野市学校給食センター

栄養価は3・4年生の平均値です。

1月 よていこんだてひょう

	月	火	水	木	金
一口メモ	1月20日頃は大雪といひ、1年のうちで最も寒い時期といわれています。大雪の頃に旬をむかえる魚や野菜、果物などは縁起物として考えられています。				1月24日～30日は全国学校給食週間です。今年、「全国の郷土料理を食べよう」をテーマに各地の郷土料理を取り入れた献立です。詳しくは、給食だよりをご覧ください。
栄養価					
きいろ					
あか					
みどり					
一口メモ					
こんだて					
栄養価					
きいろ					
あか					
みどり					
一口メモ	13	14	15	16	17
こんだて					
栄養価					
きいろ					
あか					
みどり					
一口メモ	20	21	22	23	24
こんだて					
栄養価					
きいろ					
あか					
みどり					
一口メモ	27	28	29	30	31
こんだて					
栄養価					
きいろ					
あか					
みどり					