

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	からだのちょうしをととのえるたべもの			

10月 よていこんだてひょう

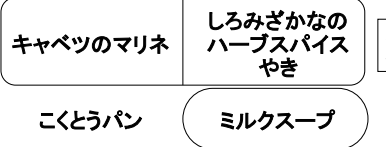
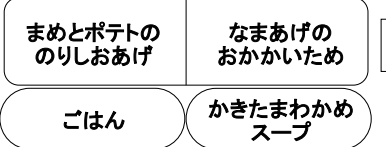
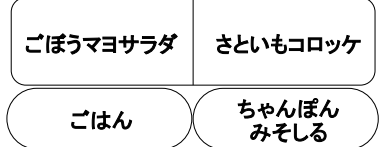
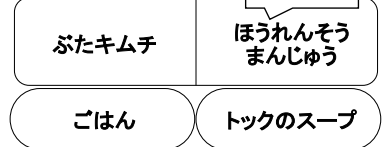
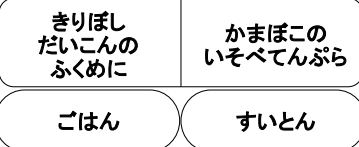
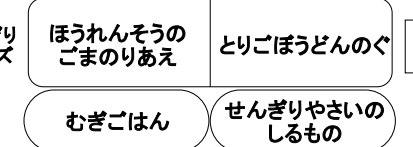
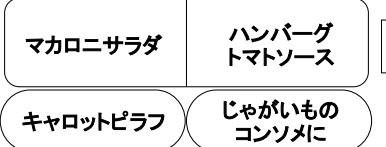
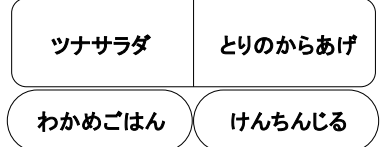
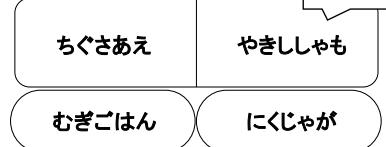
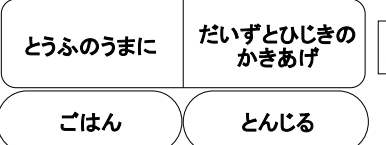
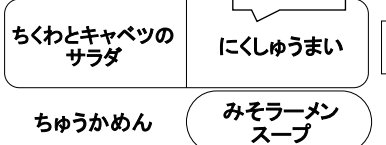
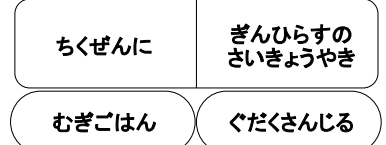
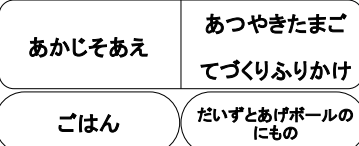
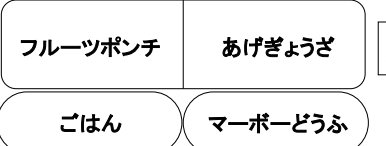
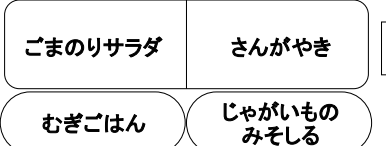
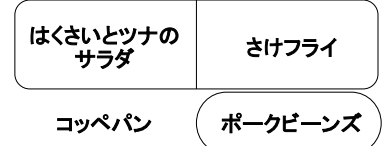
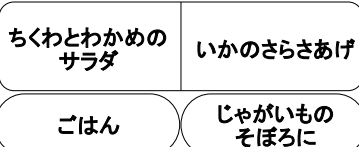
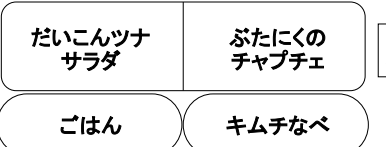
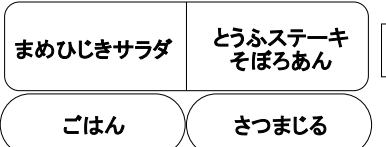
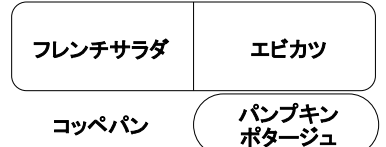
※材料は主なものです。献立内容は都合により変更になる場合がありますので、ご了承ください。

東習志野小・実花小・袖ヶ浦西小・鷺沼小・袖ヶ浦東小

	エネルギー	たんぱく質	しじつ	食塩相当量
	kcal	%	%	g
平均	630	15.6	28.0	2.1
基準値	650	13~20	20~30	2.0未満

給セ第3 - 6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。

	月	火	水	木	金
一口メモ	習志野市学校給食センター ホームページ	1	2	3	4
こんだて	 				
栄養価					
きいろ					
あか					
みどり					
一口メモ	7	8	9	10	11
こんだて					
栄養価					
きいろ					
あか					
みどり					
一口メモ	14	15	16	17	18
こんだて					
栄養価					
きいろ					
あか					
みどり					
一口メモ	21	22	23	24	25
こんだて					
栄養価					
きいろ					
あか					
みどり					
一口メモ	28	29	30	31	
こんだて					
栄養価					
きいろ					
あか					
みどり					