

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

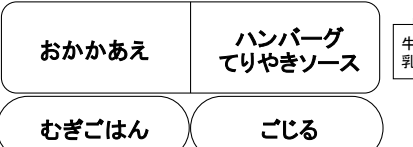
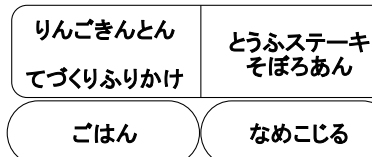
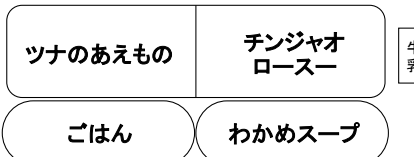
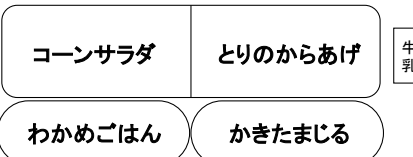
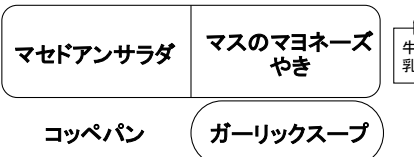
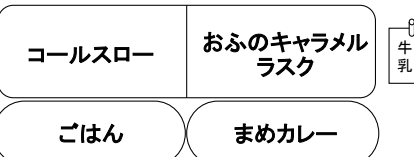
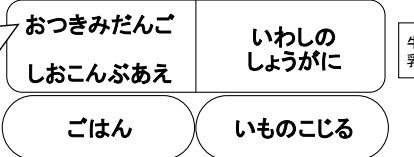
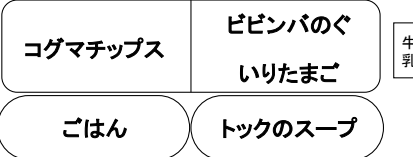
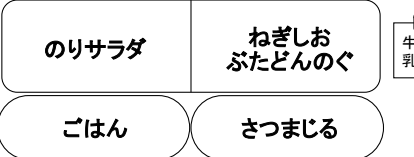
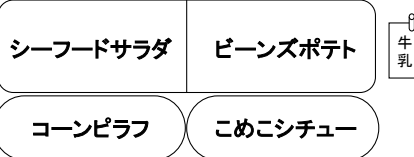
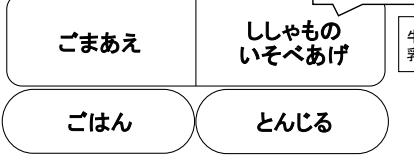
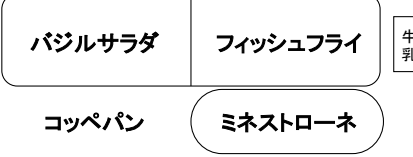
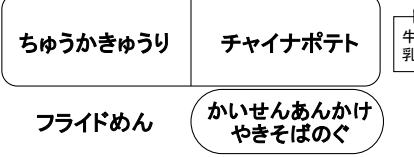
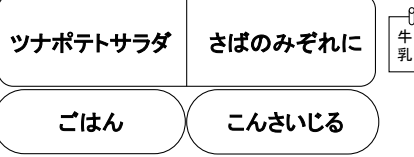
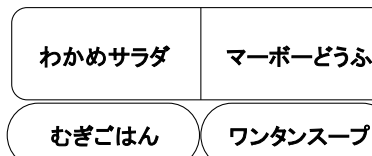
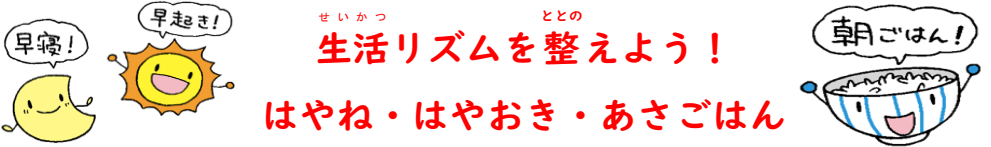
※材料は主なものです。献立内容は都合により変更になる場合がありますので、ご了承ください。

特別支援学校・藤崎小・屋敷小・谷津南小・向山小

小学校	エネルギー	たんぱく質	しじつ	食塩相当量
	kcal	%	%	g
平均	632	15.6	29.2	2.0
基準値	650	13～20	20～30	2.0未満

給セ第3-5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	がつついたち ぼうさい ひ 9月1日は「防災の日」	3	4	5	6
こんだて					
栄養価					
きいろ	さいがい とき 災害の時のために				
あか	しょうりょう みず さいていみつかふん そな 食料や水を最低3日分は備えておこう				
みどり					
一口メモ	9 今日(けふ)は重陽(じゅうよう)の節(ふし)です。長生き(ながいき)や、健康(けんこう)を願(ねが)う日(ひ)です。旬(しゅん)のさつまいもで(きん)とん(とん)を作(つく)りました。	10	11	12	13
こんだて					
栄養価					
きいろ					
あか					
みどり					
一口メモ		17 今日(けふ)は「十五夜(じゅうごや)」です。「里芋(さと芋)」が入(はい)ったいも(いも)のこ(こ)じると、「おつきみだんご」を作(つく)りました。	18 「コグマ」は韓国(かんこく)の言葉(ことば)で「さつまいも」を意味(いみ)します。	19 毎月(毎月)19日(にち)は食育(じきいく)の日(ひ)です。今日(けふ)は千葉県(ちばけん)でとれた食べ物(たべもの)をたくさん使(つか)っています。	20
こんだて					
栄養価					
きいろ					
あか					
みどり					
一口メモ		24 9/19～25までを「彼岸(ひがん)」といいます。彼岸(ひがん)には「おはぎ」がよくお供(とも)えされます。	25 バジル(ばじる)は「しそ」の仲間(ななまがら)です。「しそ」は和風(わふう)のハーブ(ハーブ)、「バジル」は西洋(せいよう)のハーブ(ハーブ)として人(ひと)気があります。	26	27
こんだて					
栄養価					
きいろ					
あか					
みどり					
一口メモ	30	ことし じゅうごや がつ にち 今年の十五夜(じゅうごや)は9月(く)17日(にち)			
こんだて					
栄養価					
きいろ					
あか					
みどり					