

令和 2 年度 3 月分

学校給食予定献立表

愛川町立小中学校

日 曜	こん 献	だて 立	めい 名	赤色のたべもの	黄色のたべもの	緑色のたべもの	栄養量 (小学校)	栄養量 (中学校)	日 曜	こん 献	だて 立	めい 名	赤色のたべもの	黄色のたべもの	緑色のたべもの	栄養量 (小学校)	栄養量 (中学校)																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																			
				血や肉や 骨になるもの	ちからのもとに なるもの	からだの調子を とともえるもの	エネルギー (Kcal) たん白質(g) 脂質(g) 塩分(g)	エネルギー (Kcal) たん白質(g) 脂質(g) 塩分(g)					血や肉や 骨になるもの	ちからのもとに なるもの	からだの調子を とともえるもの	エネルギー (Kcal) たん白質(g) 脂質(g) 塩分(g)	エネルギー (Kcal) たん白質(g) 脂質(g) 塩分(g)																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																			
1 (月)	さけごはん			さけ	こめ ごま		610	764	11 (木)	ジャージャーめん			ぶたにく みそ	ちゅうかめん あぶら さとう でんぶん ごまあぶら かきあぶら	にんじん たまねぎ たけのこ ねぎ しょうが ほししいたけ にんにく	667	782																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																			
	牛乳			牛乳			22.1	27.0					牛乳	牛乳			20.7	24.1																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
	さつまじる			とりにく みそ	さつまいも あぶら	にんじん だいこん ねぎ ごぼう こんにゃく こまつな	12.8	14.6									20.6	23.0																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
							2.3	3.0					牛乳	牛乳			2.6	3.2																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
2 (火)	にまめ			きんときまめ	さとう				12 (金)	むしパン				むしパン					15 (月)	ごはん			ぶたにく みそ	ちゅうかめん あぶら さとう でんぶん ごまあぶら かきあぶら	にんじん たまねぎ たけのこ ねぎ しょうが ほししいたけ にんにく	667	782																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																									
	ロールパン			パン			656	835					フルーツポンチ			もも みかん パイん りんご																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																				
	牛乳			牛乳			27.1	33.6																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																												