

今月の献立のねらい「一年間の食生活をふりかえろう」

いよいよ今年度まとめの月となりました。一年間で、身長や体重、心も大きく成長したことでしょう。その体や心の成長に欠かせない食生活について、下のチェック表で振り返ってみましょう。そして、「時々できた」や「あと少し」のころは、次の学年でがんばってみましょう。



★一年間をふりかえりながら、□の中に、◎(できた)○(時々できた)△(あと少し)でチェックしてみましょう。



中学3年生の給食も残りわずかとなりました。給食の楽しい思い出とともに、これからは給食をお手本として、食について考え、健康を考えた食事を選択できるようになってください。

○ ハンざら ㊦ 大きいよっき ㊧ 小さいよっき

八代市南部学校給食センター

Main table with columns: 日曜 (Day), 献立名(配膳図) (Menu Name), 赤 (Red), 緑 (Green), 黄 (Yellow), 献立ひとくちメモ (Menu Note), エネルギー Kcal (Energy Kcal), たん白質 g (Protein g). Rows include items like 甘夏サラダ, ひなまつりメニュー, 高菜の油炒め, ツナサラダ, 焼きプリンタルト, マカロニサラダ, ぎょうざ, たくあんのごま炒め, いちご, 一食ひじきのり, 鶏にら丼の具, 大根サラダ, ヨーグルト, しらぬい, 鶏の照り焼き, 鶏飯の具.

☆学校行事等によって、給食の対応が異なる場合がありますので、ご不明点がございましたら、各学校へお問い合わせください。また、献立は都合により変更する場合があります。

Summary table with columns: 小学校平均, 中学校平均, エネルギー Kcal, たん白質 g. Values: 611, 23.8, 747, 28.8.