

令和7年
10月の予定献立表

※食物アレルギーのある児童・生徒は、給食を食べる前に裏面の「詳細献立表」で内容を必ず確認しましょう。
家庭・学級においても毎日確認してください。
※材料・天候によって献立を変更することがあります。



開南学校給食センター
TEL: 917-3483
FAX: 917-3483

学校給食の 栄養基準量		E=エネルギー	P=タンパク質	F=脂質
	小学校	650kcal	21.1~32.5g	14.4~21.7g

こ ん だ て	きゅう しよく メモ	今月は、「学校行事による給食提供がない日」はありません。 1学期の給食は、10月10日(金)までです。2学期の給食は、10月20日(月)からです。		1(水)	2(木)	3(金)
				E 557 P 22.3 F 21.8	E 599 P 24.9 F 20.3	E 579 P 26.1 F 17.2

こ ん だ て	きゅう しよく メモ	6(月)	7(火)	8(水)	9(木)	10(金)
		E 615 P 22.2 F 15.2	E 594 P 20.2 F 25.1	E 594 P 22.8 F 18.8	E 581 P 25.3 F 18.6	E 659 P 27.5 F 25.9

正しいマナーをみにつけよう

茶わんやしるわんを正しく持って食べる

食べている途中で立って歩かない

食事にふさわしい会話をする

マナーを守って食べることで、いっしょに食べる相手や同じ部屋にいる人も、気持ちよくすごすことができます。マナーの悪い食べ方では、多くの人がいやな気持ちになります。また、食べるときのしせいが悪いと、食べ物の通り道がせまくなってしまい、消化しづらくなります。

こ ん だ て	きゅう しよく メモ	20(月)	21(火)	22(水)	23(木)	24(金)
		E 564 P 21.0 F 19.7	E 609 P 20.1 F 19.9	E 581 P 23.4 F 20.2	E 548 P 22.7 F 12.6	E 557 P 24.5 F 14.2

こ ん だ て	きゅう しよく メモ	27(月)	28(火)	29(水)	30(木)	31(金)
		E 607 P 31.4 F 17.7	E 524 P 21.5 F 12.7	E 614 P 21.8 F 18.7	E 646 P 30.5 F 17.6	E 653 P 22.0 F 27.6