

※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。



【今月の給食目標】

- ◎冬の健康と栄養について考えよう
◎かぜをよぼうする食生活を身につけよう



Table with 4 columns: 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. Rows for 小学校 and 中学校.

Meal schedule for Dec 2nd (Monday) to Dec 6th (Friday). Includes food icons and names like 'なっとう', 'たくわんあえ', 'ごはん', 'とりとじゃがいものうまに'.

Nutritional data table for Dec 2nd to 6th, showing E, P, F values for elementary and middle school.

Meal schedule for Dec 9th (Monday) to Dec 13th (Friday). Includes food icons and names like 'おやこどん(ぐ)', 'すみそあえ', 'しょうゆラーメン'.

Nutritional data table for Dec 9th to 13th, showing E, P, F values for elementary and middle school.

Meal schedule for Dec 16th (Monday) to Dec 20th (Friday). Includes food icons and names like '角切りだいこんいため', 'フルーツポンチ', 'ウカライリチー'.

Nutritional data table for Dec 16th to 20th, showing E, P, F values for elementary and middle school.

Meal schedule for Dec 23rd (Monday) to Dec 25th (Wednesday). Includes food icons and names like 'ごまじゃこあえ', 'キャベツいりつくね', 'クリスマスケーキ'.

12月の行事予定 (給食提供なし)
◎5日(木) 城北中1年(文化祭見学)
◎16日(月) 大名小(振替休)
◎18日(水)~20日(金) 城北中2年生(修学旅行)



かぜをひいた時に積極的にとりたい栄養素
たんぱく質を多く含む食品
炭水化物を多く含む食品
ビタミンAを多く含む食品

ビタミンACEで抵抗力をつけよう!
粘膜炎を強くして、抵抗力をアップさせるのに欠かせないのが「抗酸化ビタミン」とよばれるビタミンA,C,Eです。
冬の食べもの3択クイズ

非常食が提供されます
令和3年、コロナウィルス感染拡大により、コロナ感染が原因で給食センターでの給食調理に制限が出て、給食提供ができなくなった場合のことを想定し、「非常食:救給根菜汁」を購入し各学級で備蓄しておりました。
提供日:12月11日(水)
アレルギー特定原材料等28品目不使用
学校給食用非常食 内容量:150g
※そのまま食べられます。



※材料・天候によって献立を変更することがあります。
※給食費は、毎月10日までに納めましょう。