



令和3年 12月



予献立表(中学校)



匝瑳市学校給食センター



Main table with columns: 日, こんだて名, 牛乳, おもな材料とその働き (血や肉になるもの, 働く力になるもの, 体の調子を整えるもの), 一口メモ, エネルギー (たんぱく質, 脂質, カルシウム, 塩分). Rows include items like さつまいもパン, ご飯, カレイ甘辛だれ, etc.

*栄養だしは、県内産いわし、かつおを燻して粉末にした「天然のだし」です。
*おしゃべりみそは、市内で無農薬で作られた大豆から作る「手作りみそ」です。
*米は、市内産を使用します。
*ごはんは黄色い米が混じることがあります。これは炊飯時にビタミンを強化した米を混ぜている為です。

基準栄養量

Table with 2 columns: 基準栄養量, エネルギー (830kcal), たんぱく質 (26~41g), 脂質 (18~27g), カルシウム (450mg), 塩分 (2.5g)

*材料の都合により 献立を変更することがあります。



Table with 2 columns: エネルギー (834kcal), たんぱく質 (33.4g), 脂質 (25.1g), カルシウム (455mg), 塩分 (2.5g)

21日の答え: ③ 渋沢栄一

煮ぼうとうは埼玉県深谷市の郷土料理で、しょうゆ味ベースの汁に幅が広いめん(ほうとう)が入ります。深谷市出身の渋沢栄一が好物でよく食べていたと言われています。渋沢栄一は日本資本主義の父と呼ばれ、2024年からは1万円札の図柄になります。



*12月分の給食費の引き落としは、12月27日(月)です。口座の確認をお願いします。

Table with 7 rows for 中華めん, 揚げぎょうざ, ちゃんぽんスープ. Columns include 日, こんだて名, 牛乳, おもな材料とその働き, 一口メモ, エネルギー.

