



Main table with columns: 日 (Date), こんだて名 (Menu Name), 牛乳 (Milk), おもな材料とその働き (Main Ingredients and Their Functions), 一口メモ (One Bite Memo), エネルギー (Energy), たんぱく質 (Protein), 脂質 (Fat), カルシウム (Calcium), 食塩相当量 (Salt Equivalent). Rows include items like 1 こくとうパン, 2 ごはん, 7 キラリもちむぎいりごほん, etc.

*誤えん・ちつ息事故防止のため、特に注意が必要な料理・食材に___を引いています。

よくかんで食べるようにしましょう。

*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。

クイズの答え：①綱引き

運動会等、体を動かす機会が増える季節です。日頃から、栄養バランスのとれた食事を心がけましょう。

基準栄養量 (Standard Nutrient Intake) section with an illustration of two children and a table of values.

Table with 2 columns: 栄養素 (Nutrient) and 量 (Amount). Values include エネルギー 490kcal, たんぱく質 15~24g, 脂質 10~16g, カルシウム 290mg, 食塩相当量 1.5g.

*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: 栄養素 (Nutrient) and 量 (Amount). Values include エネルギー 488kcal, たんぱく質 20.3g, 脂質 18.5g, カルシウム 364mg, 食塩相当量 1.7g.

*5月分の給食費の引き落としは、5月31日(金)です。口座の確認をお願いします。