

・・・献立のなかから・・・

★マークのあるメニューについて
16日・27日メニューのメニューに★マークがついてい
ます。これは、池田小学校の6年生が、家庭科の授業で
考えてくれたものです。

16日 「ブロッコリーのスパイシー炒め」
紀の川市産のブロッコリーを使い、カレー粉やチリパウ
ダーで味付けした、炒め物です。

27日 「ツナのペペロンチーノ」
紀の川市産のキャベツを使い、辛くないペペロンチーノ
を考えてくれました。

Table with 5 columns (days 8-17, 20-24, 27-31) and 2 rows (days 13-14, 15-17). Each cell contains a menu item with ingredients and kcal. Includes illustrations of a bowl of soup and a girl eating.

Table with 5 columns (days 13-14, 20-24, 27-31) and 2 rows (days 13-14, 20-24, 27-31). Each cell contains a menu item with ingredients and kcal. Includes illustration of a girl in a kimono and a cat.

<3つの食品グループと多くふくまれる栄養素>

Table with 4 columns: 食品グループ, エネルギー, 体をつくる, 体の調子を整える. Includes sub-headers like たんぱく質, 無機質, ビタミン.

献立のなかから (15日 22日)

焼き豚チャーハン
フルーツサンド (セルフ)

中貴志小学校と丸栖小学校の6年生が、
外国語の授業で考えてくれたメニュー
です。

Enjoy your meal! (召し上がれ!)

☆材料購入の都合により
献立を変更することが
あります。

