

・・・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 3 columns: 水 8, 木 9, 金 10. Each column lists menu items and ingredients with kcal values.



Main menu table with columns for days 13 to 31. Includes '成人の日' (Coming of Age Day) on day 13 and 'フルーツ給食' (Fruit Lunch) on day 15. Each day lists menu items and ingredients.

<3つの食品グループと多くふくまれる栄養素>

Table mapping food groups (shoyukuhin, aishiyousei) to nutrients (energy, body-building, body-adjusting).

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。

