

令和7年度

1月

給食献立表

…献立のなかから…



★マークのあるメニューについて

15日・28日のメニュー★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。

15日 「洋風豚汁」

紀の川市産の「キャベツ・にんじん」を使います。野菜がたっぷりとれる、汁物です。

28日 「ほうれん草とにんじんのナムル」

紀の川市産の「ほうれんそう・にんじん」を使います。旬の野菜のおいしさを味わえます。

「3つの食べ方」 プレゼンテーション用講義書

＜3つの食品グループと多く含まれる栄養素＞					
しょうひん 食品 グループ	○・おもにエネルギーの もとになる食品	△・おもに体をつくる もとになる食品	□・おもに体の調子を整える もとになる食品		
エネルギー 供給 群	たんぱく質 炭水化物	しつ 脂質	しつ たんぱく質	むきしつ 無機質	むきしつ 無機質

☆材料購入の都合により
献立を変更することが
あります。

