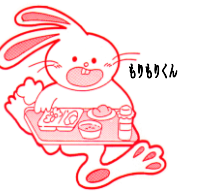


学校給食献立表

(平成30年 2月 1日～ 2月 28日 19回)

富田林市教育委員会
富田林市小学校給食会



献立表中の♥♦♣マークは三色栄養（食べ物の3つの働き）をあらわします。

♥赤・・・からだをつくる
乳・卵・魚・肉・大豆・海藻
(たんぱく質・ミネラル)

♦黄・・・エネルギーのもとになる
穀類・いも・さとう・あぶら・種実
(脂質・炭水化物)



給食の献立は、3つのグループの食べ物をバランスよく組み合わせられてつくられています。

♣緑・・・からだの調子をととのえる
野菜・くだもの・きのこ
(ビタミン・ミネラル)

月				火			水			木			金						
5	634	23.4	18.8	6	620	22.4	24.0	7	669	31.0	21.6	8	671	25.5	23.4	9	571	25.1	20.1
12				13	610	26.0	24.1	14	597	24.9	16.1	15	573	28.1	15.4	16	571	23.5	22.0
19	570	26.3	15.8	20	613	29.5	19.8	21	610	24.4	16.8	22	700	22.1	24.8	23	582	26.9	21.0
26	613	23.2	15.7	27	579	22.1	21.6	28	643	29.9	19.7								

※今月の富田林産は、白菜の一部を使用する予定です。

	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	ビタミン				食物繊維 g
						AugRE	B1mg	B2mg	Cmg	
学校給食摂取基準	640	18.0~32.0	※ 25.0%~30.0%	350	3.0	170	0.40	0.40	20	5.0
2月平均栄養量	618	25.9	20.5 (29.9%)	316	2.9	321	0.37	0.51	24	3.8

※摂取エネルギー全体の25.0%~30.0%

● 献立表中の食品の数量の単位はgで中学年の量を示しています。
配分量は低学年(1年生・2年生)は0.85倍量、
高学年(5年生・6年生)は1.15倍量になります。

● 材料入荷のつごうにより、内容を多少変更することがありますので
ご了承ください。

