

学校給食だより

2024年2月 摂津市学校給食会

栄養三色

- 赤色の食品 血や肉、骨をつくる
肉、魚、卵、豆、乳、海藻類
- 緑色の食品 体の体調をととのえる
緑黄色野菜、淡色野菜、果実類
- 黄色の食品 熱や力のもとになる
穀類、いも類、砂とう類、油脂類



献立表				栄養三色(赤・緑・黄)食品名・可食量(g)																			
1 日 木	しろごはん ぎゅうにゅう(にゅう) みそしる ごもくまめ ふりかけ	黄	しろごはん	75	赤	だいたいず	10						8 日 木	コッペパン ぎゅうにゅう(にゅう) ほうれんそうの スープ ミートサンド	黄	コッペパン	60	赤	ぎゅうにゅう	20	黄	ミートサンド	1袋
		赤	みそしる	15	緑	ほうれんそう	10								赤	ほうれんそう	5	黄	ミートサンド	0.1			
		黄	ごもくまめ	20	緑	みそしる	10								赤	みそしる	10	黄	ミートサンド	0.1			
		緑	ふりかけ	30	黄	だいたいず	1.5								赤	だいたいず	1.5	黄	ミートサンド	0.1			
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず	0.5								赤	みそしる	0.1	黄	だいたいず	0.1	赤	みそしる	0.1
		赤	みそしる	10	黄	だいたいず																	

2月7日（水）は摂津市産の玄米「WE米」が給食に登場します。

うるち玄米の約12倍の食物繊維が含まれています。楽しみにしていてくださいね。

は大食器に入れます。

献立の食材は、天候などの影響によりやむを得ず 変更となる場合がありますので、ご了承ください。