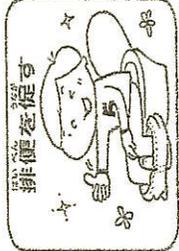
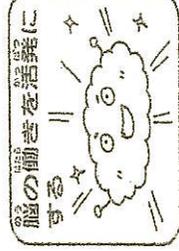
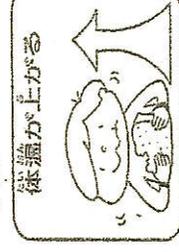
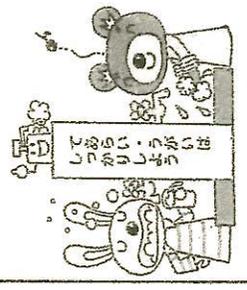


配膳表
 多たくし市し学校給食センター
 月 火 水 木 金

朝ごはんの効果



朝ごはんを食べることでエネルギーや栄養素が補給され、五臓も刺激されて、体や脳が自覚めます。そして、寝ている間に低下した体温を上昇させます。また、よかんて食べることで、脳に刺激を与えて脳の働きが活発になるほか、胃に食べ物が送り込まれると腸が動き始めて、朝の排便を促します。



2日	3日	4日	5日	6日
食育目標 朝ごはんを食べよう 野菜とたんぱく質 五穀類	節分 ねんころい いわし かぼちの ねんころい ごはん	トマトクリームスープ ハムと野菜の トマトクリーム スープ ミルクパン	レモン 朝ごはん ねんころい 焼き しょうが 風味 ごはん	のりの日 焼き しょうが 風味 ごはん 牛乳
9日 ひじき 豚肉と野菜 のピリ辛炒め だし かけ しょうが 汁 ごはん	10日 日本の味めぐり(山口県) あさ漬け 干し しいたけ ごはん おひ かつ 大平	11日 けんこくきねん 建国記念の日 牛乳	12日 朝ごはん ねんころい 焼き しょうが 風味 ごはん	13日 多々のミディトマト 豚肉と野菜の しょうが 風味 ごはん 牛乳
16日 よい姿勢で食べよう 大豆の 風味 かけ しょうが 汁 ごはん	17日 全国学校給食甲子園出品献立 のり かつ 大平 しょうが 風味 ごはん	18日 パン ねんころい 焼き しょうが 風味 ごはん	19日 食育の日 朝ごはん ねんころい 焼き しょうが 風味 ごはん	20日 かむ献立 ねんころい 焼き しょうが 風味 ごはん
23日 ふりかき うじつ 振替休日	24日 6年生卒業献立(西溪) ねんころい 焼き しょうが 風味 ごはん	25日 お誕生日献立 ねんころい 焼き しょうが 風味 ごはん	26日 6年生卒業献立(中央) 朝ごはん ねんころい 焼き しょうが 風味 ごはん	27日 卒業・進級お祝い給食 ねんころい 焼き しょうが 風味 ごはん

※ 献立メッセージのタイトルを日付の下に記載しています。