

(給食回数 19回)

家庭数

令和4年 10月分献立表



北本市教育委員会
北本市立北小学校

Table with columns: 日(曜), 献立, 使用する食品名 (Main ingredients, Energy sources, etc.), アレルギー表示義務7品目, エネルギー (Kcal), たんぱく質 (g). Rows list daily menus from 3/3 to 10/20.

Table with columns: 日(曜), 献立, 使用する食品名, アレルギー表示義務7品目, エネルギー (Kcal), たんぱく質 (g). Rows list daily menus from 10/21 to 10/31.

今月の北産野菜の使用予定は「さつま芋、ねぎ、人参、大根、なす、里芋、キャベツ」です

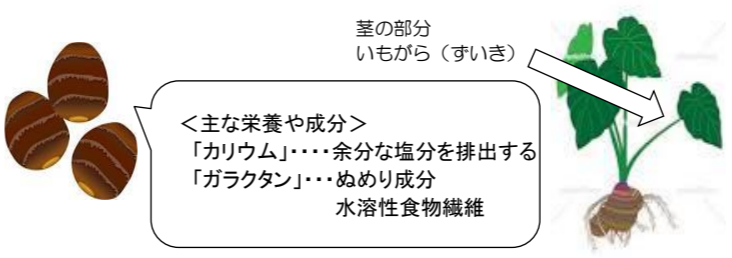
Summary table for October: 10月の平均摂取量 (Average intake for October), 学校給食摂取基準 (School lunch intake standards), エネルギー (Energy), たんぱく質 (Protein).

給食で旬を食べよう

～ 里芋・かぼちゃ ～

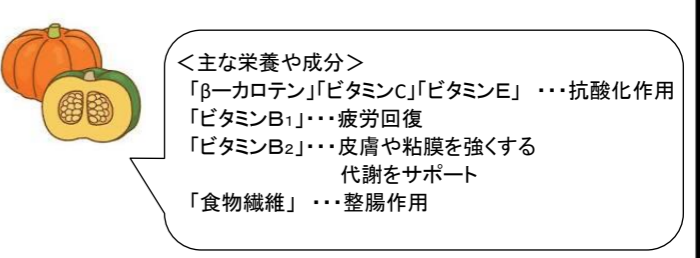
里芋

主な産地は、埼玉県、千葉県、宮崎県です。里芋は、親芋の周りに子芋が付き、さらにそれぞれの子芋に孫芋が付き、古くから子孫繁栄の縁起が良い食材として、お正月料理などに使われます。



かぼちゃ(南瓜)

主な産地は、北海道、鹿児島県、茨城県です。旬は夏ですが、他の野菜より保存が効くので、江戸時代ごろから緑黄色野菜の不足する冬にかぼちゃを食べるようになりました。



3日(月)【かぼちゃのみそ汁】
5日(木)【里芋のミートソース】を提供します。

旬を食べよう!!

○印は、箸を持ってくる日です。都合により食材や献立を変更することがありますので、ご了承ください。アレルギー表示義務7品目(えび・かに・小麦・そば・卵・乳・落花生)について記載してありますが、同一ラインで製造している商品についてのアレルギー表示は記載してありません。また、献立表に記載されていない微量の食材もありますので、献立表は、あくまでも参考資料としてご覧ください。ご不明な点はお問い合わせください。 献立担当 北本市学校栄養士会