

今月の献立のねらい
「秋の味覚を味わおう」

「秋の味覚」とは、秋に旬を迎える食べ物のことです。秋になると様々な食材が実り、食べる楽しみが増すことから、「食欲の秋」「実りの秋」と表現されることもあります。また、暑い季節を乗り越えて涼しくなった秋に、夏バテしていた身体の調子を取り戻そうとして自然と食欲が増します。おいしい旬の食材をたくさん食べて体力を回復しましょう。

★旬の食材



…小ざいしよっき …大ざいしよっき …小ざいしよっき …大ざいしよっき

Main table with columns: 日曜 (Day), 献立名 (Menu Name), 赤 (Red), 緑 (Green), 黄 (Yellow), エネルギー (Energy), タンパク質 (Protein), カロリー (Calories). Rows include items like コールスローサラダ, ハンバーグ, 鶏肉とパン, etc.

☆学校行事等によって、給食の対応が異なる場合があります。ご不明な点がございましたら、各学校へお問い合わせください。また、献立は都合により変更する場合があります。

Summary table for school events and averages. Columns: 小学校平均 (Elementary School Average), 中学校平均 (Junior High School Average). Values: 575, 739.