

※食物アレルギーのある児童・生徒は、給食を食べる前に裏面の「詳細献立表」で内容を必ず確認しましょう。家庭・学級においても毎日確認してください。



Table with 4 columns: 学校給食の栄養基準量, 小学校, 中学校, and 栄養成分 (E=エネルギー, P=タンパク質, F=脂質). Values range from 650 to 830 and 14.4 to 27.7.

Table for October 1st to 4th. Includes menu items like マーミナーチャンプルー, とうふのコロコロ揚げ, きんぴらごぼう, ミルメークココア. Includes a '給食目標' (School Lunch Goal) box with seasonal ingredients.

Table for October 7th to 11th. Includes menu items like バンサンスー, ぎょうざ, 洋ナシ, クービリチー, こまつなの和え物, ブルーベリーゼリー. Includes a note about 'マクロの日' (Macro Day) on the 10th.

Illustration of autumn produce (pumpkin, apple, pear) with text: 秋の季節を迎えて、旬の食べ物が出回り、スーパーや市場をにぎわしてくれます。給食では限られた予算の範囲で、全てのおいしい旬を味わってもらうことが難しくもあります。ぜひ秋休みの機会に、ご家庭においてもおいしい秋の食材を食べたり探したり、会話にしたりと秋を楽しんでみてください♪

Illustration of children with allergic reactions and text: 何歳になってからも発症する！？食物アレルギー。今まで食物アレルギーではなかった人が、新たに症状を発症することがあります。その日の体調や運動の有無も影響します。生死にかかわる場合もありますので、食べた後にきぶんが悪くなったら、近くの先生など、大人に伝えましょう。

Table for October 21st to 25th. Includes menu items like フルーツポンチ, 魚のあまず煮, スコーン, グンボーイリチー, さんまの唐揚げ. Includes a note about 'マクロの日' (Macro Day) on the 24th.

Table for October 28th to 31st. Includes menu items like きゅうりの酢のもの, 魚のごまみそ焼き, にんじんシリシリ, ブロccoliソース, ハンバーグのデミグラスソース. Includes a '食欲の秋!' (Autumn of Appetite!) section with a 'クッキング♪' (Cooking♪) illustration.

※材料・天候によって献立を変更することがあります。