

Month header: 月 (火, 水, 木, 金)

中学年(3・4年生)の一人一食あたりの平均栄養価

Nutrition table with columns for Energy, Protein, Fat, Sodium, Calcium, Magnesium, Iron, Zinc, Vitamins A, B1, B2, C, and Fiber.

黄色の網掛け分については、強い寒波や大雪を影響とする天候不良による不作のため、チンゲン菜から食材を変更しています。

Main menu grid for days 1-10, including items like チーズパン, くらまいごはん, ごはん, アップルパン, コッペパン, かやくごはん, and ミニフィッシュ.

Main menu grid for days 13-17, including items like しょくパン, ごはん, コッペパン, ごはん, and ごはん.

Main menu grid for days 20-24, including items like コッペパン, ごはん, しょくパン, and ごはん. Includes a section for '今月使用する旬の野菜' (Seasonal vegetables for this month).

Main menu grid for days 27-28, including items like ごはん and パーカーパン. Includes a section for '今月の炊き込みごはん' (This month's炊き込みごはん).

給食食材の産地について (About the origin of school food ingredients). Includes text about local production and contact information for the school nutrition office.

第4回 学校給食コンテスト入賞作品 (4th School Lunch Contest Winning Work). Details the winning entry '冬野菜と大豆の豆乳みそスープ' (Winter vegetables and soybean miso soup) and the contest date.