



令和2年7月分家庭配布用給食献立表

※献立は食材その他の都合で変更する場合があります。

中野区立上鷲宮小学校
校長 堀 聡明
栄養教諭 菅野 幸



Main table with columns: 日 (Date), 行事食 (Event Food), 主食 (Main Dish), 牛乳 (Milk), おかず (Main Course), からだをつくるものになる食品 (Food for Body Building), エネルギーのもとになる食品 (Energy Food), 体の調子を整えるものになる食品 (Food for Balance), エネルギーたんぱく質脂質食塩相当量 (Energy, Protein, Fat, Salt Equivalent).

*汁ものについては、だし、みその種類を記入しております。

★はアレルギーとなる食材です。

Summary table for average nutrition values: 平均栄養価 (Average Nutrition Value) with columns for Energy, Protein, Fat, Carbohydrates, Calcium, Sodium, Magnesium, Iron, Fiber, and Salt.

