



Main table with columns: 日・曜, 献立名, おもなざいりょう (subdivided into food types), その他調味料など, エネルギー(kcal)たんぱく質(g)脂質(g)塩分(g), 一口メモ

★小学校中学年一人一回あたりの学校給食摂取基準 エネルギー：650kcal、たんぱく質：21.1～32.5g、脂質：14.4～21.7g、塩分：2.0g未満

★こんにゃくは、エネルギーにはなりませんが、いも類なので、おもに力や熱のもとになる食品に分類しています。

※材料の都合により、献立を変更することがあります。

◆ 太字の食材は栃木市産です。

◆ 下線太字は、寺尾産です。

今月の目標

よくかんで 食べよう





Main table with columns: Date, Dish Name, Ingredients, Energy/Protein/Fat/Salt, and Notes. Rows include meals for 17th, 18th, 19th, 20th, 21st, 24th, 25th, 26th, 27th, and 28th.

★小学校中学年一人一回あたりの学校給食摂取基準 エネルギー：650kcal、たんぱく質：21.1~32.5g、脂質：14.4~21.7g、塩分：2.0g未満

★こんにゃくは、エネルギーにはなりませんが、いも類なので、おもに力や熱のもとになる食品に分類しています。

※材料の都合により、献立を変更することがあります。

◆太字の食材は栃木市産です。

◆下線太字は、寺尾産です。

Target for this month: Eat more! (よくかんで食べよう) with a cartoon character.

Message from the local vegetable supply association: We are growing vegetables for school lunches.

Monthly vegetable list: 今月の寺尾. Includes images of bell pepper, green beans, and other vegetables.