



令和3年 10月分 献立表 宇都宮市立鬼怒中学校



Table with columns for meal type (e.g., 朝食, 昼食), menu items, and nutritional information (kcal, たんぱく質, しつぱい). Includes a '朝食ごはん' section with various breakfast options and their ingredients.

\* 献立内容は、都合により変更することがあります。
\* 中学校生徒一人一回あたりの学校給食摂取基準 エネルギー：830kcal たんぱく質：34.2g 脂質：摂取エネルギー全体の25%～30% (830kcalの場合、23.1g～27.3g)

食事の前には、せっけんでしっかり手を洗いましょう。

≪10月の地産地消(平石地区の野菜)≫
ねぎ ビーマン きゃべつ
きゅうり 新米(コシヒカリ)