



「早寝 早起き 朝ごはん」運動 シンボルマーク

家庭数配布

令和8年

7月献立表

春日小学校

Table with columns: 実施日 (Date), 献立名 (Menu Name), 赤の食品 (Red Food: Blood/Meat/Bones/Teeth), 黄色の食品 (Yellow Food: Body Activity/Warmth), 緑の食品 (Green Food: Body Balance), and 栄養量 (Nutrition: kcal, protein, fat, carbs). Rows 1-16 show daily menu items and their nutritional values.

※ 食材料購入の都合により献立を変更する場合がありますので、ご了承ください。 ※給食回数12回 ※アレルギー対応食材

Table with columns: 月 (Month), エネルギー (kcal), たんぱく質 (%), 脂質 (%), 食塩相当量 (g), カルシウム (mg), マグネシウム (mg), 鉄 (mg), ビタミンA (µgRAE), ビタミンB1 (mg), ビタミンB2 (mg), ビタミンC (mg), 食物繊維 (g). Rows for 平均値 (Average) and 基準値 (Standard).

※令和3年に日本食品標準成分表が8訂に改定され、現在の献立は8訂の成分表を用いて栄養価を算出しています。8訂ではエネルギーの値が低く算出されるため7訂を元に作成されている学校給食基準値よりエネルギーが低い値になっています。尚、上記の平均値と基準値は中学年(3・4年生)の値です。

## ～きゅうしょくポストにたくさんのお手紙をありがとうございます～

### きゅうしょくリクエスト

- 第1位 カレー
第2位 サイダーパンチ
第3位 あげパン
第4位 ぼうしパン
第5位 からあげ



リクエストや調理員さんへの感謝の言葉など、いつもたくさんのお手紙をありがとうございます。

1学期のリクエストランキングは左の通りでした。やはり定番の給食が人気のようです。

他には、「まいにちくたものをだしてほしいです」や「きゅうりまるかじりしたいです」「シナノゴールドが食べたいです」「OOの作り方を教えてください」などの意見もありました。「リンゴが食べたいです」ではなく、「シナノゴールド」だなんてさすが春日小の児童だと思います!(^^)!学校給食にはたくさんのルールがあるので出ることができない献立もありますが、できるだけみなさんの意見も取り入れたいと思っています。7月はリクエストから「じゃがバター」を取り入れました。練馬区産のじゃがいもで作ります。どうぞお楽しみに～♪