



令和8年

3月献立表



中村中学校

Main table with columns: 実施日, 曜, 牛乳, 献立名, 主材料, おもに体の組織をつくる, おもに体の調子を整える, おもにエネルギーとなる, 栄養量 (kcal, %, 脂質, 塩分). Includes special days like 'ひな祭り献立' and '卒業お祝献立'.

※ 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15回

Nutrition summary table with columns: 月, 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 and 基準値.

日本食品標準成分表が改訂され2020年版(8訂)になりました。2020年版では、エネルギーの計算方法が改訂されたため、エネルギー量が今までより低く算出されます。

学校給食実施基準は食品成分表2015年版(7訂)を基に作成されているため、改訂されるまで摂取栄養価のみ記載します。

くだものは柑橘類を予定しています。