



献立

立 表



令和5年

光が丘第一中学校

Main menu table with columns: 実施日 (Date), 献立名 (Menu Name), 主な材料とその働き (Main Ingredients and Their Functions), 栄養量 (Nutritional Value). The table lists 31 days of meals with their ingredients and nutritional data.

※ 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20回

Summary table for May (5月) showing average values for Energy (エネルギー), Protein (たんぱく質), Fat (脂質), Food Equivalents (食塩相当量), Calcium (カルシウム), Magnesium (マグネシウム), Iron (鉄), Vitamin A (ビタミンA), Vitamin B1 (ビタミンB1), Vitamin B2 (ビタミンB2), Vitamin C (ビタミンC), and Fiber (食物繊維).

※ 日本食料成分表(改訂)を基に作成されています。エネルギー値は、エネルギー換算係数(1gあたり4.184kcal)を乗じて算出されています。また、たんぱく質、脂質、食塩相当量、カルシウム、マグネシウム、鉄、ビタミンA、ビタミンB1、ビタミンB2、ビタミンC、食物繊維の値は、食品成分表(改訂)を基に作成されています。