



令和6年度

12月よていこんだてひょう



宮城県立金成支援学校

Table with columns for Day, Meal Name, Energy/Fat/Protein values, and Remarks. Rows include meals like 'ヒビンパドン(むぎごはん)', 'いわしのうめ', 'あげぎょうざ', etc.

※牛乳は毎日付きます。
※材料購入などの都合により、材料や献立内容の一部を変更することがあります。

12月21日 冬至
1年のうちで最も昼が短く、夜が長い日です。
冬至にんつく食べ物を食べると幸運になるといわれる伝説もあります。
Illustrations of winter food items like udon, gyoza, and vegetables.

12月23日はリザーフデザート
12月最後の給食は、リザーフ給食です。
リザーフとは、事前に予約しておくことをいいます。今回はデザートのリザーフです。
「チョコレートケーキ」か「いちごケーキ」のどちらかを選んでもらいました。
みんなで楽しく食べましょう。

【今月の平均栄養価】※()は基準値
小学部 中学期 高等部
エネルギー 548(520)kcal / 745(664)kcal / 779(774)kcal
たんぱく質 22.6(20.8)g / 31.5(26.6)g / 32.6(31.0)g
脂質 19.2(15.6)g / 23.8(21.4)g / 24.2(24.9)g
塩分 1.9(2.0)g / 2.7(2.5)g / 2.8(2.5)g

【今月の地場産品】
宮城県産 きゅうり にんじん キャベツ 小松菜
チンゲンサイ 笹かま わかめ こんぶ
栗原市産 りんご ねぎ 白菜 大根 ぶた肉 たまご
Illustrations of various vegetables and fruits.