

学校給食予定献立表

令和6年3月分(2024年)

吹田市教育委員会



1年間の給食をふりかえってみましょう

すきらいせず、残さず食べましたか？

準備やあとかたづけは、きちんとできましたか？

今年度の給食もあと少しです。楽しい給食時間をすごしましょう。

栄養三色

●黄色の食品「エネルギーになる」

穀類、いも、砂糖、油脂、種実

●赤色の食品「体をつくる」

魚、肉、卵、大豆、牛乳、海そう

●緑色の食品「体の調子をととのえる」

野菜、きのこ、果物

実施日	献立名	献立A										実施日	献立名	献立B											
		食品名	g	栄養色	食品名	g	栄養色	食品名	g	栄養色	食品名			g	栄養色	食品名	g	栄養色	食品名	g	栄養色				
エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜鉛	ビタミン				繊維	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜鉛	ビタミン				繊維
kcal	g	g	g	mg	mg	mg	mg	μgRE	B1 mg	B2 mg	C mg	g	kcal	g	g	g	mg	mg	mg	mg	μgRE	B1 mg	B2 mg	C mg	g
542	19.4	10.9	2.7	323	96	4.4	2.6	283	0.23	0.42	24	2.9	692	27.5	25.9	1.5	292	81	1.7	3	221	0.29	0.61	21	3.1
653	23	19.2	2.1	372	94	8.7	3.2	277	0.3	0.41	12	4	579	25.8	16.8	2.0	332	86	2.2	3.3	292	0.39	0.55	24	3.2
602	23.9	16.4	2.2	316	73	1.6	3.4	426	0.29	0.51	25	7.3	546	21	11	1.3	269	61	1.1	2.8	174	0.3	0.44	25	2.6
546	19.2	11.7	1.7	325	70	2	2.7	331	0.34	0.47	20	2.6	611	23.2	13.3	2.0	275	74	1.5	3	231	0.46	0.44	38	7.9
556	20.3	20.7	2.5	300	62	3.2	1.8	187	0.7	0.66	23	6.5	614	26.5	19.5	2.6	321	97	2.3	2.7	228	0.84	0.71	35	10.6

