

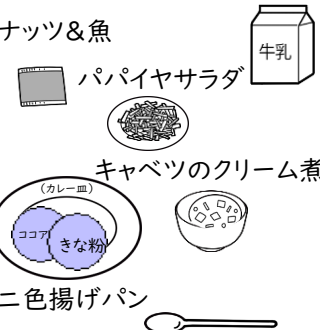
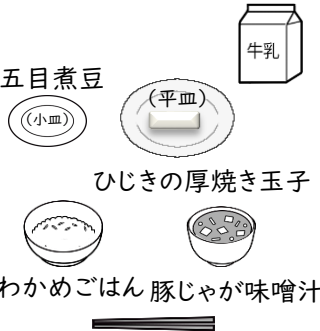
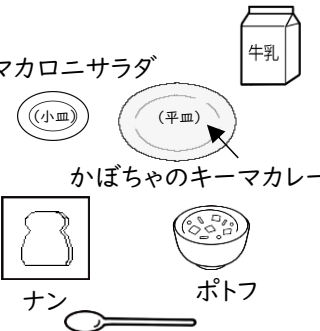
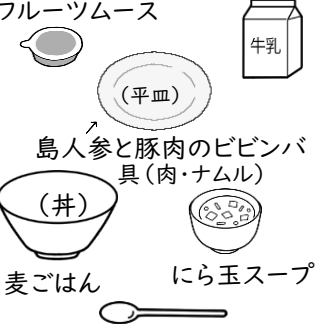

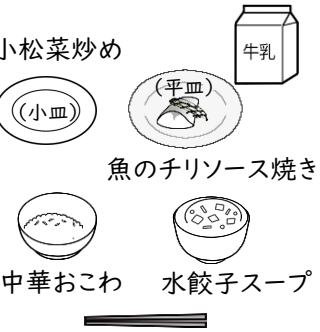
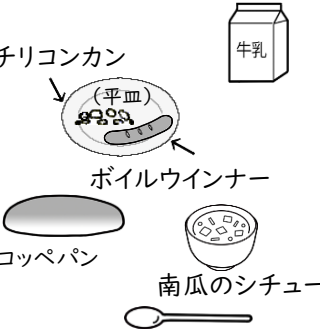


1月の予定献立表

※食物アレルギーのある児童・生徒は、給食を食べる前「詳細献立表」で内容を必ず確認しましょう。
家庭・学級においても毎日確認してください。

開邦中の学校 給食摂取基準		C=エネルギー	P=タンパク質	F=脂質
中学校		814	34.6	22.6

こ ん だ て		6(火)	7(水) 七草	8(木)	9(金)
					
中学校		C 753 P 33 F 21.5	C 730 P 23.7 F 38.7	C 823 P 31 F 24.6	C 754 P 30.7 F 27.8
こ ん だ て	12(月) 成人の日	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)
					
中学校		C 732 P 31.2 F 21.4	C 806 P 29.8 F 29	C 789 P 33.8 F 35	C 774 P 33.2 F 22.7
こ ん だ て	19(月) だいこんのウサチ	20(火)	21(水)	22(木)	23(金)
					
中学校		C 792 P 27.4 F 26.1	C 788 P 26.8 F 17.3	C 778 P 37.8 F 25	C 768 P 35.6 F 24
こ ん だ て	26(月) 鬼餅	27(火)	28(水)	29(木)	30(金)
					
中学校		C 842 P 29.6 F 25.7	C 812 P 39 F 24	C 819 P 29.4 F 31	C 787 P 36.3 F 28.9
		C 816 P 33.5 F 32.9			

※材料・天候によって献立を変更することがあります。

◆1月24日は給食記念日です◆

開邦中学校では、1月19日(月)～1月23日(金)を給食週間として、郷土料理献立を提供します。

今年のテーマは、【名前に「島」「沖縄」「うちなー」が、つく食べ物を探してみよう】です。期間中の料理の中から探してみてください。また、その名前がついた由来について、Chromebookなどを活用して調べてみませんか？沖縄独自の流通加工や、歴史について興味深い発見が得られるかもしれません。