



Main table with columns for date, dish name, and nutritional information (Energy, Protein, Calcium, Vitamin, Fat, etc.).

*献立や使用する食材は時季や天候、価格などの状況によって変更することがあります。*栄養価は中学年(3・4年生)の値です。

*学校給食では、地産地消に取り組んでおり、できるだけ佐世保市産・長崎県産の食材を使用しています。



Summary table for energy and protein: 学校給食摂取基準 エネルギー・たんぱく質 650 kcal 26.8g

★今月の献立紹介★

- 季節の食材「大根」「かぶ」「白菜」「れんこん」「みかん」を献立に使用しています。
○1日(水)に、国産の牛肉を使った「すきやき」を実施します。
○6日(月)に、佐世保産のかぶを使った「かぶのクリーム煮」を実施します。
○15日(水)に、佐世保産で収穫されただいこん・れんこんを使った「冬野菜カレー」を実施します。
○19日は『食育の日』です。今月は、17日(金)に、地場産物を多く使用した「食育の日」の献立を実施します。長崎県内で水揚げされた「ぶり」・佐世保市産の大根を使用した「ぶり大根」を予定しています。
○今年の冬至は12月22日です。冬至の日には、ビタミンが豊富なかぼちゃを食べ、ゆず湯に入り、体を温めて風邪をひきにくくする風習があります。この冬至にちなみ、22日(水)に「かぼちゃのそぼろ煮」を実施します。



★★★今月の地元の食材★★★

- 《佐世保市産》
米・牛乳・煮干し・ほうれん草・かぶ
だいこん・れんこん・レタス・きゅうり
パセリ
《長崎県産》
麦・にんじん・キャベツ・はくさい
ブロッコリー・えのきたけ・しいたけ
しめじ・ゆず・みかん・さば・ぶり
はねぎ・しょうが



Main table with columns for date, dish name, ingredients, and nutritional information (Energy, Protein, Calcium, Vitamin, Fat, etc.).

*献立や使用する食材は時季や天候、価格などの状況によって変更することがあります。

*学校給食では、地産地消に取り組んでおり、できるだけ佐世保市産・長崎県産の食材を使用しています。

★今月の献立紹介★

- 季節の食材「大根」「かぶ」「白菜」「れんこん」「みかん」を献立に使用しています。
○1日(水)に、国産の牛肉を使った「すき焼き」を実施します。
○6日(月)に、佐世保市産のかぶを使った「かぶのクリーム煮」を実施します。
○15日(水)に、佐世保市のだいこん・れんこんを使った「冬野菜カレー」を実施します。
○19日は『食育の日』です。今月は、17日(金)に、地場産物を多く使用した『食育の日』の献立を実施します。長崎県内で水揚げされた「ぶり」・佐世保市産の大根を使用した「ぶり大根」を予定しています。
○今年の冬至は12月22日です。冬至の日には、ビタミンが豊富なかぼちゃを食べ、ゆず湯に入り、体を温めて風邪をひきにくくする風習があります。この冬至にちなみ、22日(水)に「かぼちゃのそぼろ煮」を実施します。



★★★今月の地元の食材★★★

- 《佐世保市産》
米・牛乳・煮干し・ほうれん草・かぶ
だいこん・れんこん・レタス・きゅうり
パセリ
《長崎県産》
麦・にんじん・キャベツ・はくさい
ブロッコリー・えのきたけ・しいたけ
しめじ・ゆず・みかん・さば・ぶり
はねぎ・しょうが

Summary table for school lunch nutrition: 学校給食摂取基準 エネルギー・たんぱく質 830 kcal 34.2g