



Table with columns for date, meal name, ingredients, energy/kcal, and food icons. Rows include meals like 'Coppa Pan', 'Wakameiri Mugi Gohan', 'Gohan', 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」に取り組んでいます。できる限り佐世保産・県内産の食材を使用しています。

【今月の献立について】

\*10月10日は、『目の愛護デー』です。その行事食として、ビタミンAを多く含むにんじんを使った「にんじんごはん」です。

\*季節の献立として 3日：秋の含め煮

10月10日は目の愛護デー
\*季節の果物として、りんご、みかんを取り入れています。



19日：さつまいもごはん
22日：きのこスパゲティ を取り入れています。

\*毎月19日は『食育の日』です。佐世保産のさつまいもを使った『さつまいもごはん』を取り入れています。

★★★今月の地元の食材★★★
《佐世保産》
・牛乳 ・煮干し ・きゅうり
・なす ・パセリ ・さつまいも
《長崎県産》
・米 ・葉ねぎ ・しいたけ ・エリンギ ・しめじ
・えのきたけ ・だいこん ・しょうが ・大豆
・みかん ・しらす干し ・ほうれん草 ・納豆
・わかめ