

# 8月分献立表

令和元年度

四国中央市立東部学校給食センター

日曜日			材 料						調味料他
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	
			主に体をつくる（赤）		主に体の調子を整える（緑）		主にエネルギーのもとになる（黄）		
			魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品・ 小魚・海藻	色のこい野菜	その他の野菜と果物	米・パン・麺・芋・砂糖	油類	
献立名	牛乳	たんぱく質	無機質	カロテン	ビタミンC	炭水化物	脂質		
20 火	むぎごはん	×					こめ むぎ		
	ハヤシルウ		ぶたにく いんげんまめピュレー		にんじん ピーマン トマト	たまねぎ しめじ にんにく		あぶら ハヤシルウ	
	ひじきサラダ			ひじき		キャベツ きゅうり とうもろこし	さとう	あぶら	
	あおりんごゼリー						あおりんごゼリー		

8/20（火）全校登校日に給食を実施します。

牛乳はありません。各自でお茶など水分がとれるものを持ってきてください。

よろしくお願ひします。