



9月

予定献立表



我孫子市マスコットキャラクター 手賀沼のうなぎさん

令和5年度

我孫子市立布佐中学校

Main table with columns for Date, Day, Milk, Dish Name, Meat/Bone, Body Balance, Body Temperature/Strength, and Nutrition. Rows include meals like Mackerel, Rice, Spaghetti, Hamburger, etc.

※仕入れの都合により、献立内容を変更させていただくことがあります。
※給食のお米は、通年我孫子産のお米を使っています。「我孫子産野菜の日」には、我孫子でとれた新鮮な野菜を使っています。
※食品成分表が改訂されました。エネルギーの算出方法の変更により、科学的確からしさが向上しましたが、これによりエネルギーが見かけで平均約9%減っています。基準値が改訂前の算出方法のためエネルギー値が低く見えますが、これは食品成分表改訂によるものです。ご了承ください。

Summary table with columns for Average and Standard Nutrition values.

朝ごはんて学力UP ↑ 体力UP ↑



朝は時間がない、食欲がわかないなどの理由で朝ごはんを食べないことはありませんか？朝ごはんを食べないと、勉強や運動に集中できなかったり、体調不良を起こしやすくなってしまいます。朝ごはんを食べると体が目覚めて脳の働きが活発になります。朝ごはんを毎日食べる人の方が、テストの平均正答率が高く、体力テストの合格点も高いことがわかっています。

給食の持ち物チェック表

- ランチョンマット (個人用)
ハンカチ

※部会などで配膳をする係の人はエプロンと三角巾を持ってきましょう。

