

※学校給食だよりには主な材料のみを記載しています。加工品の原材料は小樽市のホームページに掲載しています。

| 月                                                                                                                                                                 |  |  |  | 火                                                                       |  |  |  | 水                                                                                          |  |  |  | 木                                                                                        |  |  |  | 金                                                                      |  |  |  |                                                             |  |  |  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|-------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|------------------------------------------------------------------------|--|--|--|-------------------------------------------------------------|--|--|--|
| ◆保護者のみなさまへ◆<br><br>給食費は、毎月、忘れずに納めてくださるようお願いいたします。<br>納入が滞りますと、食材の購入に支障をきたします。<br>給食費の納入は、便利な口座振替をご利用ください。<br>給食費納入のご相談は、<br>学校または給食センター<br>(電話33-9449)までお願いいたします。 |  |  |  | 1<br>セルフナポリタン <b>NEW</b><br>ハーブポテト<br>豆乳プリンタルト<br>牛乳                    |  |  |  | 2<br>バラ焼き丼<br>ミックスサラダ<br>はちみつレモンゼリー<br>牛乳                                                  |  |  |  | 3<br>ごはん<br>豆乳のみそ汁<br>かつおのフライ <b>NEW</b><br>春雨ときゅうりの和え物<br>牛乳                            |  |  |  | 4<br>黒糖スライスパン<br>キャベツとミートボールのスープ<br>ポテトコロッケ<br>オーロラソースのシェマカロニサラダ<br>牛乳 |  |  |  |                                                             |  |  |  |
| 赤                                                                                                                                                                 |  |  |  | 牛乳 ウインナー                                                                |  |  |  | 赤                                                                                          |  |  |  | 牛乳 ふた肉 ソフトチキン油づけ                                                                         |  |  |  | 赤                                                                      |  |  |  | 牛乳 とり肉 ライトツナフレーク                                            |  |  |  |
| 緑                                                                                                                                                                 |  |  |  | 玉ねぎ にんじん しめじ ピーマン<br>しょうが にんにく トマト バジル                                  |  |  |  | 緑                                                                                          |  |  |  | にんじん 玉ねぎ だいこん きゅうり                                                                       |  |  |  | 緑                                                                      |  |  |  | キャベツ 玉ねぎ にんじん えのきたけ<br>きゅうり トマト                             |  |  |  |
| 黄                                                                                                                                                                 |  |  |  | さとう じゃがいも 豆乳プリンタルト<br>スパゲティ                                             |  |  |  | 黄                                                                                          |  |  |  | ごはん ドレッシング はちみつレモンゼリー                                                                    |  |  |  | 黄                                                                      |  |  |  | ごはん 豆乳 油 はるさめ さとう ごま油                                       |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  | 小 中                                                                     |  |  |  |                                                                                            |  |  |  | 小 中                                                                                      |  |  |  |                                                                        |  |  |  | 小 中                                                         |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  | エネルギー(kcal) 638 767                                                     |  |  |  |                                                                                            |  |  |  | エネルギー(kcal) 659 784                                                                      |  |  |  |                                                                        |  |  |  | エネルギー(kcal) 645 753                                         |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  | たん白質(g) 18.7 22.8                                                       |  |  |  |                                                                                            |  |  |  | たん白質(g) 23.0 27.4                                                                        |  |  |  |                                                                        |  |  |  | たん白質(g) 22.5 25.0                                           |  |  |  |
| 7<br>ごはん<br>白玉だんご汁 <b>NEW</b><br>うおはなどん<br>きゅうりとちくわのサラダ<br>牛乳                                                                                                     |  |  |  | 8<br>ほうとう風うどん <b>NEW</b><br>揚げパン(キャラメル) <b>NEW</b><br>ミニフィッシュ<br>牛乳     |  |  |  | 9<br>食パン<br>野菜のクリームスープ<br>メンチカツ<br>ツナポテトサラダ<br>牛乳                                          |  |  |  | 10<br>ごはん<br>みそ汁(なめこ・とうろ)<br>豚肉の中華炒め<br>キャベツのサラダ<br>牛乳                                   |  |  |  | 11<br>コッパパン<br>大根ポトフ<br>ガリパタチキン <b>NEW</b><br>大豆のサラダ<br>牛乳             |  |  |  |                                                             |  |  |  |
| 赤                                                                                                                                                                 |  |  |  | 牛乳 とり肉 ほうけ ちくわ                                                          |  |  |  | 赤                                                                                          |  |  |  | 牛乳 生クリーム とり肉 ふた肉<br>ライトツナフレーク                                                            |  |  |  | 赤                                                                      |  |  |  | 牛乳 とり肉 大豆                                                   |  |  |  |
| 緑                                                                                                                                                                 |  |  |  | だいこん にんじん ごぼう<br>きゅうり                                                   |  |  |  | 緑                                                                                          |  |  |  | しめじ 長ねぎ かぼちゃ にんじん<br>コーン きゅうり                                                            |  |  |  | 緑                                                                      |  |  |  | なめこ 長ねぎ しょうが にんにく<br>キャベツ ブロッコリー<br>玉ねぎ たけのこ チンゲンサイ<br>にんじん |  |  |  |
| 黄                                                                                                                                                                 |  |  |  | ごはん 白玉もち ドレッシング                                                         |  |  |  | 黄                                                                                          |  |  |  | うどん さとう とうろブレッド 油<br>キャラメル粉末                                                             |  |  |  | 黄                                                                      |  |  |  | ごはん さとう ドレッシング<br>ごま油 ごま                                    |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  | 小 中                                                                     |  |  |  |                                                                                            |  |  |  | 小 中                                                                                      |  |  |  |                                                                        |  |  |  | 小 中                                                         |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  | エネルギー(kcal) 654 786                                                     |  |  |  |                                                                                            |  |  |  | エネルギー(kcal) 674 780                                                                      |  |  |  |                                                                        |  |  |  | エネルギー(kcal) 621 765                                         |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  | たん白質(g) 25.7 29.1                                                       |  |  |  |                                                                                            |  |  |  | たん白質(g) 28.3 32.9                                                                        |  |  |  |                                                                        |  |  |  | たん白質(g) 24.6 29.4                                           |  |  |  |
| 14<br>                                                                          |  |  |  | 15<br>汁なし担々麺 <b>NEW</b><br>こまつナムル <b>NEW</b><br>まめいよこぶ <b>NEW</b><br>牛乳 |  |  |  | 16<br>タコライス <b>NEW</b><br>タコライス(サラダ) <b>NEW</b><br>ブルーベリーゼリー <b>NEW</b><br>アルミチーズ<br>牛乳    |  |  |  | 17<br>ごはん<br>わかめスープ<br>春巻き<br>ごぼうサラダ<br>牛乳                                               |  |  |  | 18<br>ココアパン<br>ミネストローネ<br>ささみカツ<br>枝豆とコーンのサラダ<br>牛乳                    |  |  |  |                                                             |  |  |  |
| 赤                                                                                                                                                                 |  |  |  | 牛乳 ふた肉 大豆 こんぶ                                                           |  |  |  | 赤                                                                                          |  |  |  | 牛乳 ふた肉 大豆 アルミチーズ                                                                         |  |  |  | 赤                                                                      |  |  |  | 牛乳 とり肉 わかめ                                                  |  |  |  |
| 緑                                                                                                                                                                 |  |  |  | 玉ねぎ にんじん もやし こまつな 長ねぎ たけのこ<br>しょうが にんにく                                 |  |  |  | 緑                                                                                          |  |  |  | 玉ねぎ トマト キャベツ にんじん コーン                                                                    |  |  |  | 緑                                                                      |  |  |  | たまねぎ 長ねぎ<br>キャベツ 玉ねぎ にんじん<br>ごぼう                            |  |  |  |
| 黄                                                                                                                                                                 |  |  |  | 焼きそば さとう ごま油 ごま<br>ドレッシング                                               |  |  |  | 黄                                                                                          |  |  |  | ごはん ブルーベリーゼリー                                                                            |  |  |  | 黄                                                                      |  |  |  | ごはん ごま油 油<br>エッグフリーマヨネーズ さとう                                |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  | 小 中                                                                     |  |  |  |                                                                                            |  |  |  | 小 中                                                                                      |  |  |  |                                                                        |  |  |  | 小 中                                                         |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  | エネルギー(kcal) 673 803                                                     |  |  |  |                                                                                            |  |  |  | エネルギー(kcal) 662 798                                                                      |  |  |  |                                                                        |  |  |  | エネルギー(kcal) 638 764                                         |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  | たん白質(g) 32.6 38.8                                                       |  |  |  |                                                                                            |  |  |  | たん白質(g) 27.3 32.5                                                                        |  |  |  |                                                                        |  |  |  | たん白質(g) 17.2 20.4                                           |  |  |  |
| 21<br>ごはん<br>中華風コンソスープ <b>NEW</b><br>ねぎ塩チキン <b>NEW</b><br>海藻サラダ<br>牛乳                                                                                             |  |  |  | 22<br>きつねうどん<br>肉しゅうまい <b>NEW</b><br>黒糖ピーンズ <b>NEW</b><br>牛乳            |  |  |  | 23<br>ソフトフランスパン<br>白菜と春雨のスープ<br>チキンナゲット <b>NEW</b><br>ジュリアンサラダ<br>メーブルジャム <b>NEW</b><br>牛乳 |  |  |  | 24<br>ごはん<br>しょうゆちゃんこ汁 <b>NEW</b><br>いわしの味噌煮 <b>NEW</b><br>ブロッコリーのおかか和え <b>NEW</b><br>牛乳 |  |  |  | 25<br>ドッグパン<br>ポテトスープ<br>スラッピージョー<br>マカロニサラダ<br>スライスチーズ<br>牛乳          |  |  |  |                                                             |  |  |  |
| 赤                                                                                                                                                                 |  |  |  | 牛乳 卵 とろろ とり肉<br>ひじき くわわかめ こんぶ                                           |  |  |  | 赤                                                                                          |  |  |  | 牛乳 ふた肉 とり肉<br>油あげ ちくわ                                                                    |  |  |  | 赤                                                                      |  |  |  | 牛乳 とり肉 とろろ<br>油あげ いわし かつおぶし                                 |  |  |  |
| 緑                                                                                                                                                                 |  |  |  | たまねぎ コーン 長ねぎ にんじん<br>だいこん キャベツ                                          |  |  |  | 緑                                                                                          |  |  |  | こまつな にんじん 長ねぎ 玉ねぎ                                                                        |  |  |  | 緑                                                                      |  |  |  | だいこん はくさい にんじん<br>にんにく ブロッコリー                               |  |  |  |
| 黄                                                                                                                                                                 |  |  |  | ごはん ドレッシング                                                              |  |  |  | 黄                                                                                          |  |  |  | うどん さとう 黒糖ピーンズ                                                                           |  |  |  | 黄                                                                      |  |  |  | ごはん                                                         |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  | 小 中                                                                     |  |  |  |                                                                                            |  |  |  | 小 中                                                                                      |  |  |  |                                                                        |  |  |  | 小 中                                                         |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  | エネルギー(kcal) 664 817                                                     |  |  |  |                                                                                            |  |  |  | エネルギー(kcal) 642 788                                                                      |  |  |  |                                                                        |  |  |  | エネルギー(kcal) 629 747                                         |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  | たん白質(g) 26.1 32.0                                                       |  |  |  |                                                                                            |  |  |  | たん白質(g) 27.0 33.0                                                                        |  |  |  |                                                                        |  |  |  | たん白質(g) 29.2 33.2                                           |  |  |  |
| 28<br>ごはん<br>みそ汁(じゃがいも・わかめ)<br>豚肉のしょうが焼き<br>きゃべつとにんじんのごま和え<br>牛乳                                                                                                  |  |  |  | 29<br>しょうゆラーメン<br>あおりのポテト<br>アセロラゼリー<br>牛乳                              |  |  |  | 30<br>チキンカレー<br>カニカマのサラダ <b>NEW</b><br>キしブルー<br>牛乳                                         |  |  |  | 31<br>ごはん<br>キムチチゲ<br>いかメンチカツ<br>きゅうりの香りづけ<br>牛乳                                         |  |  |  |                                                                        |  |  |  |                                                             |  |  |  |
| 赤                                                                                                                                                                 |  |  |  | 牛乳 ふた肉 わかめ                                                              |  |  |  | 赤                                                                                          |  |  |  | 牛乳 ふた肉 つと あおさ                                                                            |  |  |  | 赤                                                                      |  |  |  | 牛乳 とり肉 とうろ<br>油あげ たらこのすり身                                   |  |  |  |
| 緑                                                                                                                                                                 |  |  |  | 玉ねぎ しょうが キャベツ にんじん 長ねぎ                                                  |  |  |  | 緑                                                                                          |  |  |  | にんじん 長ねぎ こまつな もやし                                                                        |  |  |  | 緑                                                                      |  |  |  | だいこん はくさい にんじん<br>にんにく きゅうり<br>玉ねぎ たら                       |  |  |  |
| 黄                                                                                                                                                                 |  |  |  | ごはん じゃがいも さとう<br>ごま油 ごま エッグフリーマヨネーズ                                     |  |  |  | 黄                                                                                          |  |  |  | ラーメン おわら麩 じゃがいも<br>アセロラゼリー                                                               |  |  |  | 黄                                                                      |  |  |  | ごはん 油 さとう ごま油                                               |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  | 小 中                                                                     |  |  |  |                                                                                            |  |  |  | 小 中                                                                                      |  |  |  |                                                                        |  |  |  | 小 中                                                         |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  | エネルギー(kcal) 645 807                                                     |  |  |  |                                                                                            |  |  |  | エネルギー(kcal) 629 744                                                                      |  |  |  |                                                                        |  |  |  | エネルギー(kcal) 653 776                                         |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  | たん白質(g) 22.3 27.7                                                       |  |  |  |                                                                                            |  |  |  | たん白質(g) 26.3 31.7                                                                        |  |  |  |                                                                        |  |  |  | たん白質(g) 21.0 24.7                                           |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  |                                                                         |  |  |  |                                                                                            |  |  |  |                                                                                          |  |  |  |                                                                        |  |  |  |                                                             |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  |                                                                         |  |  |  |                                                                                            |  |  |  |                                                                                          |  |  |  |                                                                        |  |  |  |                                                             |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  |                                                                         |  |  |  |                                                                                            |  |  |  |                                                                                          |  |  |  |                                                                        |  |  |  |                                                             |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  |                                                                         |  |  |  |                                                                                            |  |  |  |                                                                                          |  |  |  |                                                                        |  |  |  |                                                             |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  |                                                                         |  |  |  |                                                                                            |  |  |  |                                                                                          |  |  |  |                                                                        |  |  |  |                                                             |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  |                                                                         |  |  |  |                                                                                            |  |  |  |                                                                                          |  |  |  |                                                                        |  |  |  |                                                             |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  |                                                                         |  |  |  |                                                                                            |  |  |  |                                                                                          |  |  |  |                                                                        |  |  |  |                                                             |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  |                                                                         |  |  |  |                                                                                            |  |  |  |                                                                                          |  |  |  |                                                                        |  |  |  |                                                             |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  |                                                                         |  |  |  |                                                                                            |  |  |  |                                                                                          |  |  |  |                                                                        |  |  |  |                                                             |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  |                                                                         |  |  |  |                                                                                            |  |  |  |                                                                                          |  |  |  |                                                                        |  |  |  |                                                             |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  |                                                                         |  |  |  |                                                                                            |  |  |  |                                                                                          |  |  |  |                                                                        |  |  |  |                                                             |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  |                                                                         |  |  |  |                                                                                            |  |  |  |                                                                                          |  |  |  |                                                                        |  |  |  |                                                             |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  |                                                                         |  |  |  |                                                                                            |  |  |  |                                                                                          |  |  |  |                                                                        |  |  |  |                                                             |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  |                                                                         |  |  |  |                                                                                            |  |  |  |                                                                                          |  |  |  |                                                                        |  |  |  |                                                             |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  |                                                                         |  |  |  |                                                                                            |  |  |  |                                                                                          |  |  |  |                                                                        |  |  |  |                                                             |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  |                                                                         |  |  |  |                                                                                            |  |  |  |                                                                                          |  |  |  |                                                                        |  |  |  |                                                             |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  |                                                                         |  |  |  |                                                                                            |  |  |  |                                                                                          |  |  |  |                                                                        |  |  |  |                                                             |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  |                                                                         |  |  |  |                                                                                            |  |  |  |                                                                                          |  |  |  |                                                                        |  |  |  |                                                             |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  |                                                                         |  |  |  |                                                                                            |  |  |  |                                                                                          |  |  |  |                                                                        |  |  |  |                                                             |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  |                                                                         |  |  |  |                                                                                            |  |  |  |                                                                                          |  |  |  |                                                                        |  |  |  |                                                             |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  |                                                                         |  |  |  |                                                                                            |  |  |  |                                                                                          |  |  |  |                                                                        |  |  |  |                                                             |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  |                                                                         |  |  |  |                                                                                            |  |  |  |                                                                                          |  |  |  |                                                                        |  |  |  |                                                             |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  |                                                                         |  |  |  |                                                                                            |  |  |  |                                                                                          |  |  |  |                                                                        |  |  |  |                                                             |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  |                                                                         |  |  |  |                                                                                            |  |  |  |                                                                                          |  |  |  |                                                                        |  |  |  |                                                             |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  |                                                                         |  |  |  |                                                                                            |  |  |  |                                                                                          |  |  |  |                                                                        |  |  |  |                                                             |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  |                                                                         |  |  |  |                                                                                            |  |  |  |                                                                                          |  |  |  |                                                                        |  |  |  |                                                             |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  |                                                                         |  |  |  |                                                                                            |  |  |  |                                                                                          |  |  |  |                                                                        |  |  |  |                                                             |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  |                                                                         |  |  |  |                                                                                            |  |  |  |                                                                                          |  |  |  |                                                                        |  |  |  |                                                             |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  |                                                                         |  |  |  |                                                                                            |  |  |  |                                                                                          |  |  |  |                                                                        |  |  |  |                                                             |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  |                                                                         |  |  |  |                                                                                            |  |  |  |                                                                                          |  |  |  |                                                                        |  |  |  |                                                             |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  |                                                                         |  |  |  |                                                                                            |  |  |  |                                                                                          |  |  |  |                                                                        |  |  |  |                                                             |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  |                                                                         |  |  |  |                                                                                            |  |  |  |                                                                                          |  |  |  |                                                                        |  |  |  |                                                             |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  |                                                                         |  |  |  |                                                                                            |  |  |  |                                                                                          |  |  |  |                                                                        |  |  |  |                                                             |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  |                                                                         |  |  |  |                                                                                            |  |  |  |                                                                                          |  |  |  |                                                                        |  |  |  |                                                             |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  |                                                                         |  |  |  |                                                                                            |  |  |  |                                                                                          |  |  |  |                                                                        |  |  |  |                                                             |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  |                                                                         |  |  |  |                                                                                            |  |  |  |                                                                                          |  |  |  |                                                                        |  |  |  |                                                             |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  |                                                                         |  |  |  |                                                                                            |  |  |  |                                                                                          |  |  |  |                                                                        |  |  |  |                                                             |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  |                                                                         |  |  |  |                                                                                            |  |  |  |                                                                                          |  |  |  |                                                                        |  |  |  |                                                             |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  |                                                                         |  |  |  |                                                                                            |  |  |  |                                                                                          |  |  |  |                                                                        |  |  |  |                                                             |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  |                                                                         |  |  |  |                                                                                            |  |  |  |                                                                                          |  |  |  |                                                                        |  |  |  |                                                             |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  |                                                                         |  |  |  |                                                                                            |  |  |  |                                                                                          |  |  |  |                                                                        |  |  |  |                                                             |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  |                                                                         |  |  |  |                                                                                            |  |  |  |                                                                                          |  |  |  |                                                                        |  |  |  |                                                             |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  |                                                                         |  |  |  |                                                                                            |  |  |  |                                                                                          |  |  |  |                                                                        |  |  |  |                                                             |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  |                                                                         |  |  |  |                                                                                            |  |  |  |                                                                                          |  |  |  |                                                                        |  |  |  |                                                             |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  |                                                                         |  |  |  |                                                                                            |  |  |  |                                                                                          |  |  |  |                                                                        |  |  |  |                                                             |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  |                                                                         |  |  |  |                                                                                            |  |  |  |                                                                                          |  |  |  |                                                                        |  |  |  |                                                             |  |  |  |
|                                                                                                                                                                   |  |  |  |                                                                         |  |  |  |                                                                                            |  |  |  |                                                                                          |  |  |  |                                                                        |  |  |  | </                                                          |  |  |  |

## 学校給食摂取基準

|              | 小学生                     | 中学生  |
|--------------|-------------------------|------|
| エネルギー(kcal)  | 650                     | 830  |
| たんぱく質(%)     | 学校給食による摂取エネルギー全体の13~20% |      |
| 脂質(%)        | 学校給食による摂取エネルギー全体の20~30% |      |
| カルシウム(mg)    | 350                     | 450  |
| 鉄(mg)        | 3.0                     | 4.5  |
| ビタミンA(μgRAE) | 200                     | 300  |
| ビタミンB1(mg)   | 0.40                    | 0.50 |
| ビタミンB2(mg)   | 0.40                    | 0.60 |
| ビタミンC(mg)    | 25                      | 35   |

\*小学生は、中学年(3~4年生)の摂取基準を記載しています。

## 正しい姿勢



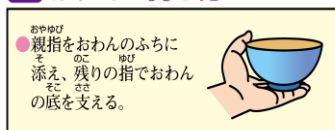
## やりがちなマナー違反



## 意識していますか? 食事のマナー

周りの人と気持ちよく食事をするために、食べるときはマナーを守ることが大切です。給食を通して基本的なマナーを身につけましょう。

## おわんの持ち方



## やりがちなマナー違反



## ~お知らせ~

O10月8日(火)

揚げパン(キャラメル)について

揚げパンが食べたいという声が多くありました。  
さまざまな方法を考え、今回の提供が実現しました!

O10月16日(水)

タコライスを盛り付ける順番について

- ①ごはんにはタコライスのサラダをのせる。
- ②タコライスの具をサラダの上にのせる。
- ③食べる前に、アルミチーズをちぎり、ちらして食べる。

## ~保護者のみなさまへ~

小樽市では子育て世帯への支援として、昨年度に引き続き、国の「物価高騰対応重点支援地方創生臨時交付金」を活用し、給食食材費への補助を行い、令和6年度の学校給食費を値上げすることなく給食を提供いたします。(1か月当たり小学校1~3年生780円、4~6年生800円、中学校1・2年生950円、3年生930円を補助)