



[学校給食 予定献立表]



令和6年12月
東京都立青山特別支援学校

Table with 7 columns: 日 (Date), 主食 (Main Course), 副食 (Side Dish), 牛乳 (Milk), エネルギーたんぱく質脂質炭水化物 (Energy, Protein, Fat, Carbohydrate), ~赤のなかま~ 血や肉になる (Red components: Blood and Meat), ~黄のなかま~ 熱や力の元になる (Yellow components: Source of Heat and Energy), ~緑のなかま~ 体の調子を整える (Green components: Adjusting Body Condition). Rows list daily menus from Dec 2 to Dec 24.

*●は小低学年リクエストメニュー、★はアレルギー対象食品です



今月の旬♪

かぼちゃ キャベツ ごぼう 小松菜 だいこん ねぎ
はくさい こんにやく みかん りんご ぶり さわら など

※学校行事・入荷状況等により、内容が変更になる場合があります
※中学部の栄養量に対し小学部低学年は約7割、高学年は約8割の
栄養量を提供しています

《中学部栄養量平均》エネルギー 693kcal 食塩相当量 3.0g

～今月の目標～

食べ過ぎに気をつけよう