

令和3年

10月の予定献立表



6日の紅芋タルト、12日・16日の紅芋ペーストは沖縄県より無償提供していただきました。

Table with 2 columns: 食品群 (Food Group) and 体内での働き (Function in the body). Rows include 赤の食品 (Red food), 黄の食品 (Yellow food), and 緑の食品 (Green food).

宮古島市上野学校給食共同調理場 TEL: 0980-76-6245 FAX: 0980-76-6299

秋の味覚を味わおう！

爽やかな秋です。自然の恵みに感謝して、季節の食材を味わって食べましょう。18日からは、読書週間にちなんで絵本とコラボした給食を予定しています。



Table for 1(金) (Friday, 1st) menu. Includes items like ほうれん草オムレツ (Spinach Omelette), フルーツヨーグルト (Fruit Yogurt), コップパン (Cup Bread), and ABCスープ (ABC Soup).

Main menu table for weeks 4(月) to 8(金). Each day's menu is shown with illustrations of the dishes and a table of nutritional values (Energy, Protein, Fat) for elementary and middle school students.

Main menu table for weeks 11(月) to 15(金). Each day's menu is shown with illustrations of the dishes and a table of nutritional values.

Main menu table for weeks 18(月) to 22(金). Each day's menu is shown with illustrations of the dishes and a table of nutritional values.

Main menu table for weeks 25(月) to 29(金). Each day's menu is shown with illustrations of the dishes and a table of nutritional values.

※材料・天候によって献立を変更することがあります。 ※食物アレルギーのある児童・生徒は、給食を食べる前に裏面に「詳細献立表」で内容を必ず確認しましょう。家庭・学級においても毎日確認してください。