

Main menu table for 1st block (3 blocks). Columns include month/day, meal name, ingredients, and energy/nutrient values. Meals include 豚肉のごまみそ焼き, えびのチリソース, 豚ひき肉とにら, チキンレバーカツ, 和風カレー丼, いわし天ぷら, etc.

Main menu table for 2nd block (4 blocks). Columns include month/day, meal name, ingredients, and energy/nutrient values. Meals include 鶏肉とかぼちゃのシチュー, 八宝菜(卵), 豚肉のレモンじょうゆ焼き, 鶏肉とあつあげの煮もの, ハヤシライス, etc.

Food usage table (食品の使用量の単位は[g]). Columns list food items and their quantities for each meal. Includes items like 豚肉, 鶏肉, 卵, 野菜, etc.

栄養価は日本食品標準成分表2020年版(八訂)を基に算出しており、糖質は炭水化物から食物繊維量を引いたものを表記しています。

Table of school lunch menus for middle schools, including items like 豚肉の塩こじ焼き, コロカシ, and 牛乳. Includes nutritional information and preparation notes.

給食実施日やひと月の実施回数は、各学校、学年によって異なります。献立の内容は予定のため、変更されることがあります。

黄：主にエネルギーのもとになる食品 (穀類、いも、油脂、砂糖、糖菓類)
赤：主に体をたくわえるもとになる食品 (乳、肉、卵、魚、豆、海苔類)
緑：主に体の調子を整えるもとになる食品 (野菜、果物、きのこ類)

大<かんで食べよう (6月8日(月))
お<かんで食べよう
消化・吸収をよくする
おしこを予防する
よくかんで食べる

Table of school lunch menus for middle schools, including items like 豚肉の梅風味焼き, コロカシ, and 牛乳. Includes nutritional information and preparation notes.