



群馬のおいしいねぎとこんにゃくで  
すきやきを食べよう♪

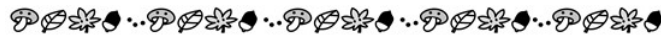


Table with columns: 日 (Day), 曜日 (Day of Week), (食器) (Utensils), しゅしょく 主食 (Main Dish), のみもの (Beverage), 副食 (ふくしょく) (Side Dish), 体をつくるもと (赤) (Body Building - Red), 体の調子を整える (緑) (Body Regulation - Green), 熱や力のもと (黄) (Energy/Strength - Yellow), エネルギー (kcal) (Energy), たんぱく質 (たんぱく質) (Protein), 塩分 (塩分) (Salt). Rows include dates from 1st to 30th of November, listing menu items like ごはん (rice), パン (bread), and サンドパン (sandwich), along with their nutritional components and energy/protein/salt values.

学校給食実施内容調査(産地調査)

○献立内容は、材料等の都合により変更になる場合があります。  
○基準は、エネルギー：650kcal、たんぱく質：21～32g、塩分2g未満です。

(平均値) エネルギー 623Kcal  
たんぱく質 24.3g 塩分 2.3g

【食器の組み合わせ】  
★=おわん+おわん+しきり皿  
○=カレー皿+しきり皿  
◎=カレー皿+おわん  
無印=おわん+しきり皿  
※=おわん+おわん

★ 11月29日は「すきやきの日」 ★  
ねぎ、こんにゃく、ぶたにく。  
くんまけんのおいしい食材でつくった  
とっておいのすき焼きです。

☆安中総合学園☆ 生徒たちが作ってくれました!  
にんじん・だいこん・かぶ・ごぼう・ごまつな・はくさい・さといも