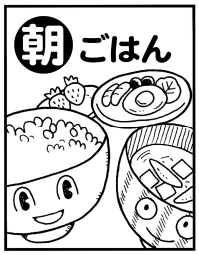
５月学校給食献立表

令和2年度

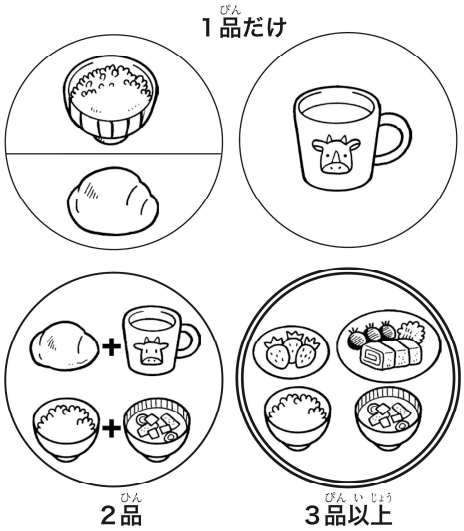
秩父第一小学校共同調理場

日	曜日	主食	牛乳	デザート
18	月	ツイストパン	牛乳	アセロラゼリー
19	火	ツイストパン	牛乳	アセロラゼリー
20	水	はちみつパン	牛乳	いちごのケーキ
21	木	はちみつパン	牛乳	いちごのケーキ
22	金	バターロール	牛乳	
25	月	バターロール	牛乳	
26	火	ツイストパン	牛乳	
27	水	ツイストパン	牛乳	
28	木	はちみつパン	牛乳	
29	金	はちみつパン	牛乳	

☆物資の都合により給食献立の内容が変更になることがありますが、ご了承ください。



どんな朝ごはんを食べていますか？

朝ごはんを食べているといっても、内容について、ふりかえってみたことはありますか？

「菓子パンだけ」や「ふりかけごはん」だけの人は、少しずつでも、もう１品増えるように努力をしてみましょう。夕ごはんのおかずの残りを食べる、ゆで卵をつくるなど、少しの工夫で栄養価がアップしますので、自分なりに考えてみましょう。