

Main table with columns for Date (日付), Name (献立名), Main Ingredients (主な働きと食品名), and Nutritional Value (栄養価). Rows include items like 牛乳 コッペパン ごぼうのポタージュ, 牛乳 小魚チャーハン 中華スープ, etc.

*献立や食材は、天候や価格により変更になることがあります。

*栄養価は、小学校中学年(3・4年生)の値です。

*給食では、地産地消に取り組んでおり、できるだけ佐世保市産・長崎県産の食材を使用しています。

Summary table for school lunch standards: 学校給食 650 kcal, 摂取基準 26.8g.

6月4日～10日は歯と口の健康週間です

歯は、一生使わなくてはならないものです。むし歯や歯の病気になると食べ物をよくかむことができなくなり、体に必要な栄養がとれなくなります。

かみごたえのある食材: ごぼう・海藻類・いりこ・大豆

カルシウムが豊富な食材: 牛乳・チーズ・小魚・ヨーグルト・豆腐

食材・献立について(予定)
※天候や価格により変更になる場合があります。
★佐世保市産: 米・牛乳・きゅうり・なす・煮干し・ほうれん草・メロン
★長崎県産: 大豆・わかめ・にんじん・キャベツ・たまねぎ・麦・筍わかめ・エリンギ