

Main menu table for February, columns include Date, Day, Meal Name, Main Ingredients, Energy, Protein, Fat, and Salt. Rows cover dates from 1st to 16th.

Main menu table for February, columns include Date, Day, Meal Name, Main Ingredients, Energy, Protein, Fat, and Salt. Rows cover dates from 19th to 29th.

Summary table for February averages: 2月の平均値. Includes Energy (767 kcal), Protein (29.0 g), Fat (24.9 g), and Salt (2.6 g).



- ★食事の前は石けんできれいに手を洗いましょう。
★食材の都合により、献立を変更することがあります。
★給食当番の人は、エプロンを金曜日に持ち帰り洗濯し、次の人が気持ちよく使えるようにして持ってきてましよう。

本当かな？ その情報

SNSなどでは誰でも情報を発信できるため、正しい情報だけでなく、誤った情報も広がります。流れてくる情報はすぐに信じず、いつの情報か、何のための情報か、書いた人は誰か、根拠となるデータはあるかなどをチェックして、よく見極めるようにしましょう。



クイズ 大豆の仲間はどれかな？

- ①グリーンピース
②さやえんどう
③えだまめ



大豆の仲間には、グリーンピース、さやえんどう、えだまめなどがあります。大豆はたんぱく質と脂質が豊富で、健康に良い食品です。