



給食指導資料 2023年 7月<12日~21日>



<目標>夏の食生活について知ろう 末広北小学校

Table with 4 columns: Day (日曜), Dish Name (献立), Energy/Ingredients (働く力のもと(黄)), Blood/Meat/Bone (血・肉・骨をつくる(赤)), and Body Balance (体の調子を整える(緑)). Rows include meals for 12th, 13th, 14th, 18th, 19th, and 20th, ending with a 'Final Ceremony' (終業式) on the 21st.

食中毒の予防について

Food poisoning prevention section containing a table of three principles (e.g., 'Don't eat'), a 'Handwashing' guide with an illustration, and a note about summer weather increasing food poisoning risk.

身近に起こりやすい食中毒

Three informational cards: 1. Meat poisoning (肉類の食中毒) - warns about bacteria in undercooked meat. 2. Fish poisoning (魚介類の食中毒) - warns about Anisakis larvae in fish. 3. Potato natural toxins (じゃがいもの天然毒素) - warns about solanine in green potatoes.

☆7月中学年の平均栄養価は カロリー643kcal、たんぱく質26.9g、脂質20.8g、食塩2.3g、カルシウム362mg、鉄3.5mg、亜鉛3.2mg、マグネシウム98mg、ビタミンA 223RE(レチノール)、ビタミンB10.41mg、ビタミンB20.51mg、ビタミンC 31mg、食物繊維5.9g * 学校行事、物資の都合で献立が変更となる場合があります