



[5月 献立表]

江戸川区立小岩第三中学校
校長 山田 人也
栄養士 阿部 まり子

Table with columns: 日 (Date), 主食 (Main Dish), 牛乳 (Milk), おかず (Side Dish), 赤の仲間 血や肉になる (Red group: Blood/Meat), 黄の仲間 熱や力の元になる (Yellow group: Source of Heat/Power), 緑の仲間 体の調子を整える (Green group: Balance Body Condition), and エネルギー たんぱく質 脂質 (Energy, Protein, Fat). Rows list daily menus from 2nd to 31st of May.

★食材料納入の都合等により、献立の内容が一部変更になることがあります。
★地産地消費材

【昨年度の2年生が家庭科の授業で作成した献立】

14日(火)【麺部門(1位)：前年度の2年3組(6班)】

きつねうどん、ちくわの磯辺揚げ、パリパリポテトサラダ、バナナ、牛乳
★献立のテーマ「病気に負けるなきつねうどん!!」
→風邪予防に効果的な「ビタミンC」と「たんぱく質」が豊富な献立です。

