

Main table for October school lunch menu (left page). Columns include Day, Meal Type, Dish Name, and Ingredients. Days range from 1st to 18th.

Nutritional summary table for the left page. Columns: 区分, エネルギー (kcal), たんぱく質 (g), 脂肪 (g), カルシウム (mg), 鉄 (mg), ビタミンA (RE), ビタミンB1 (mg), ビタミンB2 (mg), ビタミンC (mg), 食物繊維 (g), 食塩相当量 (g). Includes average intake and target values.

※1 昼食及びおやつで食事摂取基準量の50%を給与する(昼食:1日全体の概ね1/3 おやつ:1日全体の10~20%)

※2 質 (n-6系脂肪酸、n-3系脂肪酸)にも配慮する

Main table for October school lunch menu (right page). Columns include Day, Meal Type, Dish Name, and Ingredients. Days range from 19th to 31st.

Nutritional summary table for the right page. Columns: 区分, エネルギー (kcal), たんぱく質 (g), 脂肪 (g), カルシウム (mg), 鉄 (mg), ビタミンA (RE), ビタミンB1 (mg), ビタミンB2 (mg), ビタミンC (mg), 食物繊維 (g), 食塩相当量 (g). Includes average intake and target values.

※1 昼食(主食は家庭より持参)及びおやつで食事摂取基準量の40%(ただし、日常不足しやすいカルシウム、ビタミンA、ビタミンB2は50%)を給与する

※2 質 (n-6系脂肪酸、n-3系脂肪酸)にも配慮する