



今月の給食目標：よくかんで食べよう

Table with columns for Date, Day, Dish Name, Main Course, Beverage, Side Dish, Food Groups (1-6), Energy (kcal), Protein (g), and Notes. Includes specific menu items like '厚揚げのオイスターソース炒め' and 'から揚げ(2)'. Includes a '献立名' column and '献立' column.

◀月平均▶ ・塩分3.3g ・脂肪23.7g

★印は新メニュー、♣印は旬の食材を使ったメニューです。  
\* 材料購入の関係で、献立を変更することがあります。  
太字は、藤岡市産野菜を使用した献立です。

★今月の野菜

～ららら藤岡より～

- ・きゅうり(16日 きゅうりとイカのサラダ)(30日 きゅうりと花野菜のサラダ)
- ・たまねぎ(9日 新玉ねぎのマリネサラダ)(16日 クリスピーチキンサルサかけ)
- ・ピーマン(16日 クリスピーチキンサルサかけ)

～藤岡北高等学校より～

- ・きゅうり(25日 かいそうサラダ)
- ・たまねぎ(10日 肉じゃが)
- (25日 クリームシチュー)