

Table with columns: 日曜 (Day), 献立名 (Menu Name), 使用材料名 (Ingredients), エネルギー (Energy), たんぱく質 (Protein). Rows 10-20.

給食週間特別献立【食べて学ぼう！上越の偉人】

Table with columns: 日曜 (Day), 献立名 (Menu Name), 使用材料名 (Ingredients), エネルギー (Energy), たんぱく質 (Protein). Rows 23-31.

一食平均エネルギー：653 Kcal

たんぱく質：25.9 g

脂質：18.2 g

食塩：2.2 g

「上越の偉人（すごい人）を紹介」

- 上越にはたくさんの偉人がいます。
その中から5名を給食週間に紹介します。
23日…杉みき子さん（児童文学作家）
24日…坂口謹一郎さん（発酵学の博士）
25日…前島密さん（日本郵便の創設者）
26日…小林古径さん（線の芸術家）
27日…小川未明さん（児童文学作家）

1月に給食で使用する柿崎野菜は・・・

- ・アスパラ菜 ・ながねぎ
・だいこん ・にんじん
育ててくれた農家の方に感謝して
いただきます！