

# 令和8年3月分 学校給食献立表 中学校

	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	カルシウム mg	マグネシウム mg	鉄 mg	ビタミン				食物繊維 g
	A μg	B1 mg	B2 mg	C mg								
3月分の平均	809	31.3(15.5%)	23.3(25.9%)	2.7	40.1	110	4.5	402	0.65	0.68	43	6.4
文部科学省 摂取基準	830	摂取エネルギー 全体の13~20%	摂取エネルギー 全体の20~30%	2.5未満	450	120	4.5	300	0.50	0.60	35	7以上

このマークがある日はスープジャー(保温容器)に入っています。