

Main menu table with columns: 日・曜 (Day/Week), こんだて名 (Menu Name), 食材内になるもの (Ingredients), 熱や火になるもの (Cooking Method), 体の調子などのえるもの (Effects), 調味料 その他 (Seasonings), エネルギー (小) (Energy), エネルギー (中) (Energy), and 調味料 (Seasonings).

- 加工品の原材料についても記載されています。
点検のカッコの中に書かれているのが加工品の原材料です。
牛乳は毎日つきます。
食材の横に () 書かてアレルギー表示を行っています。

【高崎給食センターの取組】

★ ペジ活の日

1日にとりたい野菜の量は350gです。しかし、宮崎県産野菜を食べる量が不足しています。
そこで、130g以上の野菜をたっぷり使った献立の日を「ペジ活の日」として紹介します。

★ ひむか地産地消の日

毎月16日を「ひむか地産地消の日」として、この日に宮崎県産の食材を使用した献立を紹介します。
今月16日に使用する宮崎県産の食材は、「ごめ、ぶたにく、にんじん、ピーマン、キャベツ、ねぎ、だいこん」です。

調味料 (Seasonings) section containing various items like 鶏口 (Chicken), 鶏口 (Chicken), 鶏口 (Chicken), etc., with their respective energy values and descriptions.

和風だし
砂糖 塩 かつお節 かつおエキス アミノ酸
かつおエキス 昆布エキス たらこ白だし