

9/1修正済



8・9月の献立表



令和5年 大田区立館山さざなみ学校

Table with columns: 朝食, 昼食, おやつ, 夕食, 1日の栄養価計. Rows list daily menus from 8/27 to 9/30 with ingredients and nutritional values.

食材の購入の都合で献立が変更になる場合があります。ご了承ください。

今月の...



栄養士のつぶやき



生活リズムを

整えよう!

みなさんは夏休み中に、ねぼろをして朝ごはんをぬいたり、夜ふかしをしていたりしていませんか? 元気に毎日過ごすには、食事、勉強、運動、すいみんなどの生活リズムを整えることが大切です。2学期が始まりますので、もう一度自分の生活を振り返ってみましょう。



はしの持ち方レッスン!

