

Main table containing 17 rows of school lunch menus. Each row includes a date (day of the week), a 'convenient' menu (convenient items), a 'main' menu (main items), and a 'nutritional value' column (energy kcal). The menu items are illustrated with icons and text. For example, Row 1 (Water) features 'Chicken with garlic and butter', 'Almond', 'Cabbage potato juice', and 'Energy 568 kcal'.

今治市では、「学校給食摂取基準」に基づき、身体計測のデータから各学校(学年・クラス)ごとに基準を作成し、給食を提供しています。毎日の栄養価は、4年生の1食分のエネルギー量を記載しています。

※日付に○印がついている時は、スプーンがつきますが、箸は毎日持ってきてきましょう。

※材料の都合により、献立を変更することがあります。※栄養価は食品成分表七訂を使用しています。

生活リズムを見直そう (Life Rhythm Check) section. Includes a cartoon character and text: '今年度が始まって1か月たちましたが、心や体に疲れが出ていないでしょうか? 朝なかなか起きられなかったり、日中ボーッしたり、食欲がないなどの気になる症状がある場合は、早寝、早起きを心がけ、朝ごはんをしっかりと食べてから登校し、休み時間は外で遊んだりして生活リズムを整えていきましょう。'