

月

火

水

木

金

今月の炊き込みごはん

「わかめごはん」(1日)

こめ 80g
たきこみわかめ 2.3g

「かやくごはん」(13日)

こめ 65g
しいたけ 1.9g うすあげ 1.5g
にんじん 2.9g ごぼう 2.9g
たけのこ 7.8g こんにやく 2.9g
しょうゆ、みずあめ、かつおだし、
こんぶだし、みりん、さとう、しお、す

「げんまいごはん」(27日)

こめ 65g
げんまい 10g

中学年(3・4年生)の一人一食あたりの平均栄養価

Table with 6 columns: エネルギー, たんぱく質, 脂質, ナトリウム, カルシウム, マグネシウム. Rows for intake and standards.

Table with 6 columns: 鉄, 亜鉛, ビタミン A, B1, B2, C, 食物繊維. Rows for intake and standards.

*諸事情により使用食材の数量を変更することがあります

*揚げ油には、菜種油を複数回使用します

わかめごはん
ぎゅうにゅう

Table with 2 columns: 食材名, 数量. Includes items like とりだんご, にんじん, たまねぎ, etc.

ごはん
ぎゅうにゅう

Table with 2 columns: 食材名, 数量. Includes items like ぶたミンチ, つちしょうが, にんじん, etc.

今月使用する枚方産の農産物

えんどう豆・玉ねぎを使用
する予定です。

給食食材の産地について

主な食材の産地情報を記した「給食食材の産地について」を、枚方市のホームページ(学校給食)に掲載しています。

給食食材に関する問い合わせ先
おいしい給食課 電話:050-7105-8030

新献立の紹介【14日】

●豆乳入り担々麺【大おかず】

・豆乳のまろやかさ、ごまの香ばしさ、
トウバンジャンの辛さが効いた
手作りするスープが麺によく合います。

※ごま【ねりごま・ごま油】を使用
しています。

アレルギーにご注意ください。

Table for 7th day: コッペパン ぎゅうにゅう. Includes ingredients like スープ, チキンハンバーグ, ペーコン, etc.

Table for 8th day: ごはん ぎゅうにゅう. Includes ingredients like わかめ, たけのこ, かまぼこ, etc.

Table for 9th day: ごはん ぎゅうにゅう. Includes ingredients like だんご, たまねぎ, にんじん, etc.

Table for 10th day: オリーブパン ぎゅうにゅう. Includes ingredients like キーマカレー, アスパラソーテー, etc.

Table for 13th day: かやくごはん ぎゅうにゅう. Includes ingredients like たまねぎ, にんじん, いとかまぼこ, etc.

Table for 14th day: ごはん ぎゅうにゅう. Includes ingredients like どうにゅういり, たんたんめん, ぶたミンチ, etc.

Table for 15th day: コッペパン ぎゅうにゅう. Includes ingredients like たまごコーンのスープ, あつあげの, etc.

Table for 16th day: ごはん ぎゅうにゅう. Includes ingredients like みそしる, たまねぎ, うすあげ, etc.

Table for 17th day: パーカーパン ぎゅうにゅう. Includes ingredients like こめこの, クリームスープ, ミートビーフ, etc.

Table for 20th day: ごはん ぎゅうにゅう. Includes ingredients like わかめスープ, やきぶた, にんじん, etc.

Table for 21st day: ごはん ぎゅうにゅう. Includes ingredients like かんどうに, とりにく, にんじん, etc.

Table for 22nd day: しょくパン ぎゅうにゅう. Includes ingredients like キャロットスープ, ペーコン, にんじん, etc.

Table for 23rd day: ごはん ぎゅうにゅう. Includes ingredients like じゃがいももち, りょうりしゅ, ひまわりあぶら, etc.

Table for 24th day: パーカーパン ぎゅうにゅう. Includes ingredients like やさいスープ, やきぶた, にんじん, etc.

Table for 27th day: げんまいごはん ぎゅうにゅう. Includes ingredients like チキンカレー, とりにく, つちしょうが, etc.

Table for 28th day: ごはん ぎゅうにゅう. Includes ingredients like かきたまじる, やきざかな, にんじん, etc.

Table for 29th day: コッペパン ぎゅうにゅう. Includes ingredients like ミートスパゲティ, キャベツの, ぎゅうミンチ, etc.

Table for 30th day: ごはん ぎゅうにゅう. Includes ingredients like みそしる, たまねぎ, れいどうとうふ, etc.

Table for 31st day: コッペパン ぎゅうにゅう. Includes ingredients like タイビーエン, ぶたにく, さとう, etc.