

月 火 水 木 金

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: Energy, Protein, Fat, Sodium, Calcium, Magnesium. Rows: Intake, Standard, Sufficiency.

\*牛乳は毎食つきます  
\*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  
\*揚げ油は、菜種油を複数回使用します

Table with 6 columns: Iron, Zinc, Vitamin A, B1, B2, C. Rows: Intake, Standard, Sufficiency.

第4回 学校給食コンテスト入賞作 《冬野菜と大豆の豆乳みそスープ》

令和4年8月末に「おかわりしたくなる豆料理」をテーマに、第4回枚方市学校給食コンテストを実施しました。伊加賀小学校の児童が考えてくれた入賞作品が3月1日(水)の献立に登場します!

献立のアピールポイント

・その時期の野菜を使ってもいいですね。(夏野菜を使った献立でしたが、このアピールポイントから、今回は冬野菜を使いました。)

・野菜を食べやすいように細かく切りました。

Main menu table for Wednesday (水). Includes items like パーカーパン, すしごはん, ごはん with detailed ingredient lists and energy values.



Menu for Friday (金) 6: しょくパン いちごジャム. Includes ingredients like ベーコン, にんにく, たまねぎ, etc.

Menu for Friday (金) 7: わかめごはん. Includes ingredients like たまねぎ, うすあげ, れいとうとうふ, etc.

Menu for Friday (金) 8: コッペパン. Includes ingredients like ぶたにく, つちしょうが, にんじん, etc.

Menu for Friday (金) 9: げんまいごはん ふくじんづけ. Includes ingredients like ビーフカレー, しょうが, ひまわりあぶら, etc.

Menu for Friday (金) 10: ごはん. Includes ingredients like かきたまじる, やきぎな(ほっけ), にんじん, etc.

●むらさきもチップス  
1月25日の代替献立です

Menu for Sunday (日) 13: パーカーパン. Includes ingredients like とうもろこし スープ, コロッケ, etc.

Menu for Sunday (日) 14: ごはん さつまいもスティック. Includes ingredients like マーボーどうふ, ツナとにんじんのサラダ, etc.

Menu for Sunday (日) 15: コッペパン かたぬきチーズ. Includes ingredients like やきそば, いかのあまから, etc.

Menu for Sunday (日) 16: せきはん ごましお. Includes ingredients like おいおい すましじる, からのあげ, etc.

卒業お祝いメニュー  
3/16(木)  
赤飯  
お祝いすまし汁  
鶏肉のから揚げ  
みかんゼリー

Menu for Sunday (日) 20: ごはん. Includes ingredients like だんごじる, ししゃも, たまねぎ, etc.

今月使用する旬の野菜  
れんこん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

Menu for Sunday (日) 22: コッペパン. Includes ingredients like こめこのクリームスープ, ミートビーンズ, etc.

Menu for Sunday (日) 23: ごはん ミニフィッシュ. Includes ingredients like タツリタン, はるさめとほろキャベツのさっぱりあえ, etc.

今月の炊き込みごはん  
「すしごはん」(2日)  
こめ 70g  
あわせず 18g  
「わかめごはん」(7日)  
こめ 80g  
たきこみわかめ 2.3g  
「げんまいごはん」(9日)  
こめ 65g  
げんまい 10g  
「せきはん」(16日)  
もちごめ 53g  
うるちまい 23g  
かんそうあずき 4g