

月 火 水 木 金

1 コッペパン ぎゅうにゅう エネルギー 588 kcal たんぱく質 34 g

8 コッペパン ぎゅうにゅう エネルギー 571 kcal たんぱく質 30 g

15 しょくパン ぎゅうにゅう エネルギー 660 kcal たんぱく質 22 g

22 ごはん ぎゅうにゅう エネルギー 597 kcal たんぱく質 24 g

29 ごはん ぎゅうにゅう エネルギー 629 kcal たんぱく質 30 g

2 げんまいごはん ぎゅうにゅう エネルギー 593 kcal たんぱく質 22 g

9 わかめごはん ぎゅうにゅう エネルギー 714 kcal たんぱく質 22 g

16 ごはん ぎゅうにゅう エネルギー 582 kcal たんぱく質 23 g

23 こくとうパン ぎゅうにゅう エネルギー 615 kcal たんぱく質 26 g

30 コッペパン ぎゅうにゅう エネルギー 621 kcal たんぱく質 26 g

3 ごはん ぎゅうにゅう エネルギー 580 kcal たんぱく質 27 g

10 ごはん ぎゅうにゅう エネルギー 599 kcal たんぱく質 28 g

17 ごはん ぎゅうにゅう エネルギー 570 kcal たんぱく質 25 g

24 ごはん ぎゅうにゅう エネルギー 603 kcal たんぱく質 23 g

今日のおき込みごはん 中学年(3・4年生)の一人一食あたりの平均栄養価

4 ごまパン ぎゅうにゅう エネルギー 719 kcal たんぱく質 25 g

11 しょくパン ぎゅうにゅう エネルギー 618 kcal たんぱく質 28 g

18 パーカーパン ぎゅうにゅう エネルギー 601 kcal たんぱく質 24 g

25 コッペパン ぎゅうにゅう エネルギー 604 kcal たんぱく質 27 g

今月使用する枚方産の農産物

5 ごはん ぎゅうにゅう エネルギー 585 kcal たんぱく質 25 g

12 ごはん ぎゅうにゅう エネルギー 590 kcal たんぱく質 25 g

19 ごはん ぎゅうにゅう エネルギー 595 kcal たんぱく質 24 g

26 ごはん ぎゅうにゅう エネルギー 623 kcal たんぱく質 28 g

「季節の食材を使った、ごはんに合うおかず」をテーマに令和7年8月に実施した、第7回枚方市学校給食コンテストの入賞作品が登場します!

今日のおき込みごはん

「げんまいごはん」(2日) こめ 65g げんまい 10g 「わかめごはん」(9日) こめ 80g たきこみわかめ 2.3g

中学年(3・4年生)の一人一食あたりの平均栄養価

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 摂取量 612kcal 16.9% 28.2% 931mg (2.4g) 338mg 93mg

今月使用する枚方産の農産物

鉄 亜鉛 ビタミン A B1 B2 C 食物繊維 摂取量 2.1mg 2.7mg 236 µg RE 0.5mg 0.57mg 24mg 5.1g

「季節の食材を使った、ごはんに合うおかず」をテーマに令和7年8月に実施した、第7回枚方市学校給食コンテストの入賞作品が登場します!

\*6月10日(水) <<なつぱてぼうし!しょうがやきのなつやさいいため>> 殿山第二小学校6年生の児童が考えてくれました。

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。

※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