

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 7 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, 鉄, 亜鉛, ビタミン (A, B1, B2, C), 食物繊維. Includes intake and standard values.

わ ひらかた食育の環. Includes QR code for hirakata-shokuiku.com and text about school nutrition education.

端午の節句. Text about the festival and a note about using local products from Hirakata City.

Menu for Friday (金). Includes 'ごはん ぎゅうにゅう' and a list of ingredients like 'わかたけ', 'たまご', 'しょうゆ'.

~今月の新献立~. Lists new menu items for May: 5/19 ひじきと豆のサラダ, 5/20 高野豆腐の卵とじ, 5/26 そぼろ丼.

給食食材の産地について. Information about the origin of school food ingredients and contact information for the nutrition office.

今月の炊き込みごはん. Details for 'かやくごはん' (13日), 'げんまいごはん' (19日), and 'わかめごはん' (22日).

Menu for Thursday (木). Includes 'コッペパン ぎゅうにゅう' and ingredients like 'ボークビーンズ', 'ライスコナー'.

Menu for Saturday (土). Includes 'ごはん ぎゅうにゅう' and ingredients like 'みそしる', 'たまご', 'しょうゆ'.

Menu for Monday (月). Includes 'コッペパン ぎゅうにゅう' and ingredients like 'とうもろこし', 'じゃがいものケチャップソース'.

Menu for Tuesday (火). Includes 'ごはん ぎゅうにゅう' and ingredients like 'ホイクワロウ', 'おおいしゅうまい'.

Menu for Wednesday (水). Includes 'かやくごはん ぎゅうにゅう' and ingredients like 'すましじる', 'さくらえび'.

Menu for Friday (金). Includes 'アップルパン ぎゅうにゅう' and ingredients like 'タイビーエン', 'いかのあまから'.

Menu for Saturday (土). Includes 'ごはん ぎゅうにゅう' and ingredients like 'かんとくに', 'にびたし'.

Menu for Thursday (木). Includes 'コッペパン ぎゅうにゅう' and ingredients like 'ジュリエヌ', 'コロッケ'.

Menu for Friday (金). Includes 'げんまいごはん ぎゅうにゅう' and ingredients like 'チキンカレー', 'しお'.

Menu for Saturday (土). Includes 'ごはん ぎゅうにゅう' and ingredients like 'こうやどうふ', 'やきそば'.

Menu for Sunday (日). Includes 'しよくパン ぎゅうにゅう' and ingredients like 'やきそば', 'ツナとにんじんのサラダ'.

Menu for Monday (月). Includes 'わかめごはん ぎゅうにゅう' and ingredients like 'ごじる', 'だいたい'.

Menu for Tuesday (火). Includes 'コッペパン ぎゅうにゅう' and ingredients like 'スープ', 'とりにくのマーナレードやき'.

Menu for Wednesday (水). Includes 'ごはん ぎゅうにゅう' and ingredients like 'きざみうどん', 'そぼろどん'.

Menu for Thursday (木). Includes 'ごはん ぎゅうにゅう' and ingredients like 'たまねぎのおつゆ', 'かつお'.

Menu for Friday (金). Includes 'パーカーパン ぎゅうにゅう' and ingredients like 'キャロットスープ', 'ミートビーンズ'.

Menu for Saturday (土). Includes 'ごはん ぎゅうにゅう' and ingredients like 'いそに', 'はるさめのさっぱりあえ'.