

Month: 月, Day: 火, Water: 水, Wood: 木, Metal: 金

中学年(3・4年生)の一人一食あたりの平均栄養価

Nutrition table with 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

Nutrition table with columns: 鉄, 亜鉛, ビタミン (A, B1, B2, C), 食物繊維

今月の炊き込みごはん

「わかめごはん」(7日)
こめ 75g
たきこみわかめ 2.1g

今月使用する枚方産の農産物

じゃがいも、たまねぎ、かぼちゃ、なすを使用する予定です。

*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
*揚げ油には、菜種油を使用します

Main menu table for July 7th (Monday) with 9 columns (5-9) listing dishes like レーズンパン, ごはん うめぼし, わかめごはん, チーズパン, ごはん ふくじんづけ



Main menu table for July 12th (Saturday) with 6 columns (12-16) listing dishes like パーカーパン, ごはん, ごはん, しょうパン, ごはん こんぶのつくだに



Menu for July 19th (Wednesday) titled 'コッペパン' listing ingredients like ベーコン, にんじん, たまねぎ, etc.

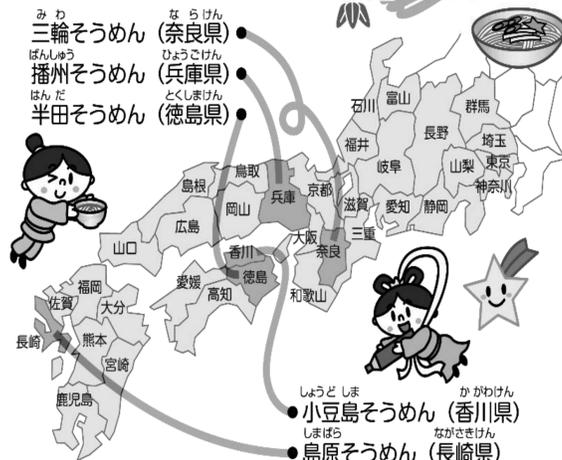


七夕には、夜空に浮かぶ天の川や、織姫の紡ぐ糸に見立てて「そうめん」が食べられています。暑くて食欲がわかないときでも、ツルツルと喉を通りやすく、この季節にぴったりの食べ物ですね。日本には、全国各地にご当地そうめんがあります。それぞれ味わいが異なりますので、機会があれば、ぜひ食べ比べてみてください。

★7月7日(水)のたなばたそうめんは、奈良県の三輪そうめんを使用しています。



伝統的な製法で作られる手延べそうめん



Information about the school lunch program, including staff details, location (Saiyoh School Lunch Joint Management Office), and contact information (050-7105-8032).

Information about the origin of food ingredients, mentioning a website for 'Origin of Food Ingredients' and contact details for the school lunch program.