

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.

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

*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



今月の炊き込みごはん

「げんまいごはん」(12日)
「かやくごはん」(13日)
「わかめごはん」(22日)



「まごわやさしい」をテーマに令和5年8月に実施した、第5回 枚方市学校給食コンテストの入賞作品が登場します!

*11月6日(水)
《まごわやさしい炊き込みご飯の具》

* 山之上小学校の児童が考えてくれました

● 献立のアピールポイント:

- まごわやさしいを全部使ったレシピを目指しました。
具材はできるだけ同じくらの小ささに揃えて切りました。

今月使用する枚方産の農産物

小松菜・ほうれん草・さつまいも・チンゲン菜・青ねぎ・大根・白菜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

コッペパン
ぎゅうにゅう

エネルギー 589 kcal
たんぱく質 23 g

Table listing ingredients for bread and milk, including items like ミートビーンズ, たまねぎ, クリームコーン, etc.

Menu 5: ごはん ぎゅうにゅう. Includes items like どうふチゲ, ぶたにく, にんじん, etc.

Menu 6: ごはん ぎゅうにゅう. Includes items like たまねぎのおつゆ, にんじん, たまねぎ, etc.

Menu 7: アップルパン ぎゅうにゅう. Includes items like はくさいのスープ, ベーコン, たまねぎ, etc.

Menu 8: ごはん ぎゅうにゅう. Includes items like そぼろに, にびたし, うすあげ, etc.

Menu 11: コッペパン ぎゅうにゅう. Includes items like ふゆやさいの, どれに, ベーコン, etc.

Menu 12: げんまいごはん ぎゅうにゅう. Includes items like チキンカレー, しお, どれに, etc.

Menu 13: かやくごはん ぎゅうにゅう. Includes items like すましじる, いかまぼこ, どれに, etc.

Menu 14: コッペパン ぎゅうにゅう. Includes items like ふゆやさいの, どれに, ベーコン, etc.

Menu 15: ごはん ぎゅうにゅう. Includes items like うずらたまごいり, れんこんの, どれに, etc.

Menu 18: パーカーパン ぎゅうにゅう. Includes items like ミネストローネ, どれに, ベーコン, etc.

Menu 19: ごはん ぎゅうにゅう. Includes items like ぶたにくとだいの, ささみにんじんの, どれに, etc.

Menu 20: ごはん ぎゅうにゅう. Includes items like マーボーだいこん, ビーソンの, どれに, etc.

Menu 21: コッペパン ぎゅうにゅう. Includes items like はくさいとどりだんご, きりぼしだいこん, どれに, etc.

Menu 22: わかめごはん ぎゅうにゅう. Includes items like ごじる, どれに, うすあげ, etc.

Menu 25: しょくパン ぎゅうにゅう. Includes items like ボークビーンズ, ライスソテー, どれに, etc.

Menu 26: ごはん ぎゅうにゅう. Includes items like かきたまじる, ぶりだいこん, どれに, etc.

Menu 27: ごはん ぎゅうにゅう. Includes items like あんかけうどん, たけのこ, どれに, etc.

Menu 28: しょくパン ぎゅうにゅう. Includes items like ボトフ, どれに, ベーコン, etc.

Menu 29: ごはん ぎゅうにゅう. Includes items like みそしる, たまねぎ, どれに, etc.