

Month header table with columns for 月, 火, 水, 木, 金.

Table for '今月の炊き込みごはん' (Monthly Cooked Rice) with sub-sections for 'くろまいごはん' (1 day), 'かやくごはん' (10 days), and 'わかめごはん' (21 days).

Table for '1 ごはん' (1st Lunch) listing ingredients like ホイコウロウ, しゅうまい, and their energy/nutrient values.

Table for '2 くろまいごはん ふくじんづけ' (2nd Lunch) listing ingredients like チキンカレー, こしょう, ひまわりあぶら.

Table for '3 コッペパン' (3rd Lunch) listing ingredients like レタススープ, こいくちしょうゆ, ひまわりあぶら.

Table for '4 ごはん ミニフィッシュ' (4th Lunch) listing ingredients like きりぼしだいこん, うすあげ, きりぼしだいこん.

Table for '7 コッペパン' (7th Lunch) listing ingredients like どうもろこしスープ, しお, こしょう.

Table for '8 ごはん' (8th Lunch) listing ingredients like だんごじる, あかうおのうめふうみ, じゃがいも.

Table for '9 ごはん つぼづけ' (9th Lunch) listing ingredients like そぼろにぶたミンチ, ひじきピーマン, ひじき.

Table for '10 しょくパン' (10th Lunch) listing ingredients like やさいいため, あつあげのチリソース, ひどくちあつあげ.

Table for '11 かやくごはん' (11th Lunch) listing ingredients like うどん, もずくのかきあげ, かまぼこ.

Table for '14 コッペパン' (14th Lunch) listing ingredients like スープに, なすのソテー, じゃがいも.

Table for '15 ごはん' (15th Lunch) listing ingredients like ごじる, ししゃも, だし.

Table for '16 ごはん あじつけのり' (16th Lunch) listing ingredients like タツリタン, ビーフンのいためもの, やきぶた.

Table for '17 コッペパン' (17th Lunch) listing ingredients like キャベツのスープ, ホキのカラフルソース, ホキ.

Table for '18 ごはん わらさきいもチップス' (18th Lunch) listing ingredients like ちゅうかどうふ, なすのいためもの, ぎゅうにく.

Table for '21 こくとうパン' (21st Lunch) listing ingredients like おきなわそば, ぶたにくとキャベツのピリカラいため, じゃがいも.

Table for '22 わかめごはん' (22nd Lunch) listing ingredients like かきたまじる, やきざかな(ほっけ), ほうけ.

Table for '23 ごはん' (23rd Lunch) listing ingredients like もずくのりょうりしゅ, りょうりしゅ, しお.

Table for '24 コッペパン' (24th Lunch) listing ingredients like トマトスープ, とりにくのマーレードやき, マーレード.

Table for '25 ごはん はつがげんまいふりかけ' (25th Lunch) listing ingredients like かんどうに, レタスのボンズいため, レタス.

Table for '28 しょくパン' (28th Lunch) listing ingredients like キーマカレー, コーンソテー, にんじん.

Table for '29 ごはん' (29th Lunch) listing ingredients like どうがんじる, きびなごのなんぼんづけ, きびなご.

Table for '30 ごはん' (30th Lunch) listing ingredients like みそしる, ぎゅうにくとビーマンのいためもの, ぎゅうにく.

中学生(3・4年生)の一人一食あたりの平均栄養価

Table showing average nutrition values for middle school students (3-4 years old).

Table showing nutrient intake percentages for various vitamins and minerals.

Notes regarding milk and oil usage: *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

今月使用する枚方産の農産物

玉ねぎ, じゃがいも, なす, 黒米 を使用する予定です.

給食食材の産地について (About the origin of school food ingredients). Includes a map and text: 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.