

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: 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. Rows: 摂取量, 基準量, 充足率.

Table with 6 columns: 鉄, 亜鉛, ビタミン A, B1, B2, C. Rows: 摂取量, 基準量, 充足率.

*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
*揚げ油は、菜種油を複数回使用します

今月の炊き込みごはん

Table with 2 columns: 品名, 量. Rows: 「くろまいごはん」(5日), 「わかめごはん」(20日).

第4回 学校給食コンテスト入賞作
《またね(まめ、たこ、ねぎ)
チヂミのかきあげ》

令和4年8月末に「おかわりしくなる豆料理」をテーマに、第4回枚方市学校給食コンテストを実施しました。

献立のアピールポイント:

- ・まめ、たこ、ねぎの彩りがきれいで、栄養もばっちり
- ・食べた人が「また作ってね」と言いたくなる

給食ではチヂミの材料をかき揚げにアレンジし、「またねチヂミのかきあげ」として、提供します。

今月使用する枚方産の野菜

青ねぎ・ほうれん草・里芋
葉付き大根・白菜・キャベツ
チンゲン菜・人参・黒米を
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

セレクトデザートについて

毎年12月にセレクトデザートを提供しています。

今年は
ガトーショコラ
スイートポテト
ぶどうゼリー
の3つから1つ好きなものを選んで
もらいます。



ごはん
あじつけのり

Table with 2 columns: 品名, エネルギー. Rows: タツリタン, エリンギ, いためもの, やきぶた, にんじん, りょうりしゅ, しお, たまねぎ, にんじん, じゃがいも, ひとくちあつあげ, おきえだまめ, とりがらすूप, こいくちしょうゆ, さとう, みりん, コチュジャン, ひまわりあぶら.

Table for 4: しょくパン いちごジャム. Includes ingredients like タイビーエン, ぶたにく, にんじん, たまねぎ, etc.

Table for 5: くろまいごはん ふくじんづけ. Includes ingredients like ふゆやさいの, とりがらすूप, あかワイン, etc.

Table for 6: コッペパン. Includes ingredients like ふゆやさいの, たまねぎ, にんにく, etc.

Table for 7: ごはん. Includes ingredients like ぶたにくと, だいいんののもの, ぶたにく, etc.

Table for 8: ごはん. Includes ingredients like ぶたじる, ししゃも, ぶたにく, etc.

Table for 11: コッペパン. Includes ingredients like コーンスープ, コロッケ, ベーコン, etc.

Table for 12: ごはん. Includes ingredients like じゃがいももち, おやこどん, にんじん, etc.

Table for 13: チーズパン. Includes ingredients like カレーうどん, ほうれんそうの, ぎゅうにく, etc.

Table for 14: ごはん ゆかりふりかけ. Includes ingredients like かんとうに, もやしの, とりにく, etc.

Table for 15: ごはん. Includes ingredients like みそしる, さとう, たまねぎ, etc.

Table for 18: パーカーパン. Includes ingredients like ボルシチ, ツナコーン, ぎゅうにく, etc.

Table for 19: ごはん. Includes ingredients like かきたまじる, こいくちしょうゆ, にんじん, etc.

Table for 20: わかめごはん. Includes ingredients like だんごじる, いわしのからあげ, たまねぎ, etc.

Table for 21: コッペパン. Includes ingredients like ハッシュドポーク, ハムポテト, ぶたにく, etc.

*みなさんが飲み終わった
牛乳パックのその後...②

令和4年度から、枚方市は給食の牛乳パックのリサイクルを行っています。

牛乳パックには、木材から最初に作り出される「パーズンパルプ」という良質なパルプが使われています。みなさんが飲み終えた牛乳パックは、リサイクル業者により、新たな資源として段ボールに生まれ変わっています!

次回へ続く♪

