

月	火						水				木	金
	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	マグネシウム mg	鉄 mg	ビタミンA μgRAE	ビタミンB1 mg	ビタミンB2 mg	ビタミンC mg	食物繊維 g	食塩相当量 g
学校給食 摂取基準 (8~9才)	650	エネルギー の13~ 20%	エネルギー の20~ 30%	350	50	3.0	200	0.40	0.40	25	4.5 以上	2.0 未満
2月分 平均栄養量	606	25.8 (17.0%)	20.1 (29.9%)	304	79	2.3	168	0.50	0.55	21	4.7	2.2

献立表のアレルギー表示について

- ・使用材料の左側に、「卵(魚卵は含まない)・乳・小麦・えび」のいずれかが使用されている場合には、その旨を表記しています。
- ・米粉パンには、小麦由来の成分が入っています。
- ・麦ご飯の麦は、大麦を使用しています。
- ・海産物、海産加工品は、えび・かきが生息する域で採取している場合があります。また、えび・かきを捕食している場合があります。
- ・8日(火)と24日(木)の  は、アレルギー対応食を表しています。
- ・食物アレルギー等の健康上の理由により、加工品の詳しい内容をお知りになりたい方は、学校を通じて「学校給食加工食品配合表等配布申請書」を給食センターへ提出してください。

- ◆おはしは、家から持ってきてください。
- ◆食事の前には、手をきれいに洗いなよう。
- ◆パンの種類および使用食品は、都合により変更することがあります。
- ◆給食の食材につきましては、納品業者等と連携し、安全性に考慮し提供しています。
- ◆お米につきましては、現在、交野産ヒノヒカリを使用しています。
- ◆野菜等につきましては、地場産の野菜を優先的に使用していますが、産地をすべて確認し安全な食材の提供につとめています。
- ◆牛肉については、現在個体識別番号を確認し、安全な牛肉を使用しています。
- ◆25日(金)のカツカレーの☆印は、ラッキーにんじんが入る日を表しています。
- ◆7日(月)のみかんタルトは、業者が直接学校へ配送します。



今日	1日	2日	3日	4日																																																																																																				
<p>こんげつ じばさんぶつ 今月の地場産物</p>  <p>かたのし のうか かた 交野市の農家の方が こころをこめてつくっていただきました。 かんしゃ た 感謝して食べましょう。</p>	<p>(小麦・乳)コッペパン</p> <p>ハヤシチュー</p> <table border="1"> <tr><td>ぎゅうにく</td><td>25</td></tr> <tr><td>レンズまめ</td><td>10</td></tr> <tr><td>たまねぎ</td><td>40</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>15</td></tr> <tr><td>マッシュルーム</td><td>10</td></tr> <tr><td>トマトみずにあかワイン</td><td>1</td></tr> <tr><td>小麦 ハヤシルウ</td><td>9</td></tr> <tr><td>こしょう</td><td>0.01</td></tr> <tr><td>トマトケチャップ</td><td>5</td></tr> <tr><td>ウスターソース</td><td>1</td></tr> <tr><td>しお</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>なたねあぶら</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>みず</td><td>75</td></tr> </table> <p>（乳）牛乳 1本</p>	ぎゅうにく	25	レンズまめ	10	たまねぎ	40	にんじん	15	マッシュルーム	10	トマトみずにあかワイン	1	小麦 ハヤシルウ	9	こしょう	0.01	トマトケチャップ	5	ウスターソース	1	しお	0.2	なたねあぶら	0.2	みず	75	<p>麦ご飯</p> <p>ほうれん草のソテー</p> <table border="1"> <tr><td>スライスウイナー</td><td>15</td></tr> <tr><td>ほうれん草</td><td>15</td></tr> <tr><td>キャベツ</td><td>15</td></tr> <tr><td>しお</td><td>0.08</td></tr> <tr><td>こしょう</td><td>0.02</td></tr> <tr><td>なたねあぶら</td><td>0.2</td></tr> </table> <p>フルーツミックス</p> <table border="1"> <tr><td>ミックスフルーツ</td><td>65</td></tr> </table> <p>せつぶん 節分こんだて</p> <p>（乳）牛乳 1本</p>	スライスウイナー	15	ほうれん草	15	キャベツ	15	しお	0.08	こしょう	0.02	なたねあぶら	0.2	ミックスフルーツ	65	<p>(小麦・乳)米粉パン</p> <p>チリコンカン</p> <table border="1"> <tr><td>ぎゅうミンチ</td><td>20</td></tr> <tr><td>だいずみずに</td><td>15</td></tr> <tr><td>ひよこまめ</td><td>10</td></tr> <tr><td>じゃがいも</td><td>40</td></tr> <tr><td>たまねぎ</td><td>40</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>10</td></tr> <tr><td>ローリエ</td><td>0.02</td></tr> <tr><td>なたねあぶら</td><td>0.1</td></tr> <tr><td>こしょう</td><td>0.02</td></tr> <tr><td>さとう</td><td>0.5</td></tr> <tr><td>しお</td><td>0.1</td></tr> <tr><td>小麦 こいくちしょうゆ</td><td>2</td></tr> <tr><td>カレーこ</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>トマトケチャップ</td><td>10</td></tr> <tr><td>オールスパイス</td><td>0.02</td></tr> <tr><td>みず</td><td>35</td></tr> </table> <p>（乳）牛乳 1本</p>	ぎゅうミンチ	20	だいずみずに	15	ひよこまめ	10	じゃがいも	40	たまねぎ	40	にんじん	10	ローリエ	0.02	なたねあぶら	0.1	こしょう	0.02	さとう	0.5	しお	0.1	小麦 こいくちしょうゆ	2	カレーこ	0.2	トマトケチャップ	10	オールスパイス	0.02	みず	35	<p>(小麦)ひじきご飯</p> <p>高野豆腐の含め煮</p> <table border="1"> <tr><td>こうや豆腐</td><td>9</td></tr> <tr><td>とりこ</td><td>20</td></tr> <tr><td>ちくわ</td><td>15</td></tr> <tr><td>たまねぎ</td><td>40</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>5</td></tr> <tr><td>こまつな</td><td>5</td></tr> <tr><td>ほししいたけ</td><td>0.3</td></tr> <tr><td>おさけ</td><td>1</td></tr> <tr><td>しお</td><td>0.1</td></tr> <tr><td>さとう</td><td>2.1</td></tr> <tr><td>小麦 うすくちしょうゆ</td><td>4.2</td></tr> <tr><td>なたねあぶら</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>けずりぶし</td><td>0.7</td></tr> <tr><td>みず</td><td>50</td></tr> </table> <p>（乳）牛乳 1本</p>	こうや豆腐	9	とりこ	20	ちくわ	15	たまねぎ	40	にんじん	5	こまつな	5	ほししいたけ	0.3	おさけ	1	しお	0.1	さとう	2.1	小麦 うすくちしょうゆ	4.2	なたねあぶら	0.2	けずりぶし	0.7	みず	50
ぎゅうにく	25																																																																																																							
レンズまめ	10																																																																																																							
たまねぎ	40																																																																																																							
にんじん	15																																																																																																							
マッシュルーム	10																																																																																																							
トマトみずにあかワイン	1																																																																																																							
小麦 ハヤシルウ	9																																																																																																							
こしょう	0.01																																																																																																							
トマトケチャップ	5																																																																																																							
ウスターソース	1																																																																																																							
しお	0.2																																																																																																							
なたねあぶら	0.2																																																																																																							
みず	75																																																																																																							
スライスウイナー	15																																																																																																							
ほうれん草	15																																																																																																							
キャベツ	15																																																																																																							
しお	0.08																																																																																																							
こしょう	0.02																																																																																																							
なたねあぶら	0.2																																																																																																							
ミックスフルーツ	65																																																																																																							
ぎゅうミンチ	20																																																																																																							
だいずみずに	15																																																																																																							
ひよこまめ	10																																																																																																							
じゃがいも	40																																																																																																							
たまねぎ	40																																																																																																							
にんじん	10																																																																																																							
ローリエ	0.02																																																																																																							
なたねあぶら	0.1																																																																																																							
こしょう	0.02																																																																																																							
さとう	0.5																																																																																																							
しお	0.1																																																																																																							
小麦 こいくちしょうゆ	2																																																																																																							
カレーこ	0.2																																																																																																							
トマトケチャップ	10																																																																																																							
オールスパイス	0.02																																																																																																							
みず	35																																																																																																							
こうや豆腐	9																																																																																																							
とりこ	20																																																																																																							
ちくわ	15																																																																																																							
たまねぎ	40																																																																																																							
にんじん	5																																																																																																							
こまつな	5																																																																																																							
ほししいたけ	0.3																																																																																																							
おさけ	1																																																																																																							
しお	0.1																																																																																																							
さとう	2.1																																																																																																							
小麦 うすくちしょうゆ	4.2																																																																																																							
なたねあぶら	0.2																																																																																																							
けずりぶし	0.7																																																																																																							
みず	50																																																																																																							

7日	8日	9日	10日	11日																																																																																																																								
<p>麦ご飯</p> <p>のっぺい汁</p> <table border="1"> <tr><td>とりこ</td><td>15</td></tr> <tr><td>かまぼこ</td><td>5</td></tr> <tr><td>こんにやく</td><td>10</td></tr> <tr><td>しめじ</td><td>10</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>10</td></tr> <tr><td>さといも</td><td>20</td></tr> <tr><td>ほうれん草</td><td>5</td></tr> <tr><td>小麦 こいくちしょうゆ</td><td>5</td></tr> <tr><td>でんぶん</td><td>1</td></tr> <tr><td>けずりぶし</td><td>1.7</td></tr> <tr><td>みず</td><td>100</td></tr> </table> <p>（乳）牛乳 1本</p>	とりこ	15	かまぼこ	5	こんにやく	10	しめじ	10	にんじん	10	さといも	20	ほうれん草	5	小麦 こいくちしょうゆ	5	でんぶん	1	けずりぶし	1.7	みず	100	<p>(小麦・乳)レーズンパン</p> <p>ぶり大根の煮物</p> <table border="1"> <tr><td>ぶりがくぎり</td><td>30</td></tr> <tr><td>だいこん</td><td>30</td></tr> <tr><td>つちしょうが</td><td>1</td></tr> <tr><td>おさけ</td><td>2.3</td></tr> <tr><td>みりん</td><td>1.1</td></tr> <tr><td>さとう</td><td>1.7</td></tr> <tr><td>小麦 こいくちしょうゆ</td><td>3.4</td></tr> <tr><td>みず</td><td>3.8</td></tr> </table> <p>みかんタルト(35g)</p> <p>（乳）牛乳 1本</p>	ぶりがくぎり	30	だいこん	30	つちしょうが	1	おさけ	2.3	みりん	1.1	さとう	1.7	小麦 こいくちしょうゆ	3.4	みず	3.8	<p>減量麦ご飯</p> <p>揚げぎょうざ</p> <table border="1"> <tr><td>小麦 あげぎょうざ (18g×)</td><td>20</td></tr> <tr><td>なたねあぶら</td><td>5.4</td></tr> </table> <p>カレーうどん</p> <table border="1"> <tr><td>ぎゅうにく</td><td>20</td></tr> <tr><td>あぶらあげ</td><td>5</td></tr> <tr><td>小麦 うどん</td><td>50</td></tr> <tr><td>たまねぎ</td><td>25</td></tr> <tr><td>はくさい</td><td>20</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>10</td></tr> <tr><td>あおねぎ</td><td>5</td></tr> <tr><td>みりん</td><td>1</td></tr> <tr><td>小麦 カレールウ</td><td>10.5</td></tr> <tr><td>小麦 うすくちしょうゆ</td><td>1.2</td></tr> <tr><td>けずりぶし</td><td>1.7</td></tr> <tr><td>みず</td><td>100</td></tr> </table> <p>（乳）牛乳 1本</p>	小麦 あげぎょうざ (18g×)	20	なたねあぶら	5.4	ぎゅうにく	20	あぶらあげ	5	小麦 うどん	50	たまねぎ	25	はくさい	20	にんじん	10	あおねぎ	5	みりん	1	小麦 カレールウ	10.5	小麦 うすくちしょうゆ	1.2	けずりぶし	1.7	みず	100	<p>(小麦・乳)コッペパン</p> <p>わかめサラダ</p> <table border="1"> <tr><td>ロースハム</td><td>10</td></tr> <tr><td>かんそうわかめ</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>キャベツ</td><td>25</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>5</td></tr> <tr><td>小麦 こいくちしょうゆ</td><td>1.4</td></tr> <tr><td>さとう</td><td>0.1</td></tr> <tr><td>す</td><td>1.4</td></tr> <tr><td>なたねあぶら</td><td>0.6</td></tr> </table> <p>ベジタスープ</p> <table border="1"> <tr><td>ベーコン</td><td>15</td></tr> <tr><td>だいこん</td><td>30</td></tr> <tr><td>キャベツ</td><td>30</td></tr> <tr><td>もやし</td><td>10</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>5</td></tr> <tr><td>あおねぎ</td><td>5</td></tr> <tr><td>しろワイン</td><td>1</td></tr> <tr><td>やさしいブイオン</td><td>10</td></tr> <tr><td>こしょう</td><td>0.02</td></tr> <tr><td>しお</td><td>0.5</td></tr> <tr><td>小麦 うすくちしょうゆ</td><td>1</td></tr> <tr><td>みず</td><td>80</td></tr> </table> <p>ハンバーグ</p> <table border="1"> <tr><td>ハンバーグ (50g)</td><td>10</td></tr> <tr><td>なたねあぶら</td><td>0.1</td></tr> <tr><td>さとう</td><td>2</td></tr> <tr><td>トマトケチャップ</td><td>8</td></tr> <tr><td>ウスターソース</td><td>2</td></tr> </table> <p>ブロッコリーのマヨネーズ和え</p> <table border="1"> <tr><td>ブロッコリー</td><td>28</td></tr> <tr><td>ノンエッグマヨネーズ</td><td>5</td></tr> </table> <p>（乳）牛乳 1本</p>	ロースハム	10	かんそうわかめ	0.2	キャベツ	25	にんじん	5	小麦 こいくちしょうゆ	1.4	さとう	0.1	す	1.4	なたねあぶら	0.6	ベーコン	15	だいこん	30	キャベツ	30	もやし	10	にんじん	5	あおねぎ	5	しろワイン	1	やさしいブイオン	10	こしょう	0.02	しお	0.5	小麦 うすくちしょうゆ	1	みず	80	ハンバーグ (50g)	10	なたねあぶら	0.1	さとう	2	トマトケチャップ	8	ウスターソース	2	ブロッコリー	28	ノンエッグマヨネーズ	5	<p>寒い朝も 早寝早起き朝ごはん</p>  <p>さむ あさき はやおき 寒い朝も、早起きして あさき 朝ごはんをしっかり た 食べましょう! からだ がぼかぼか 温まりますよ。</p>
とりこ	15																																																																																																																											
かまぼこ	5																																																																																																																											
こんにやく	10																																																																																																																											
しめじ	10																																																																																																																											
にんじん	10																																																																																																																											
さといも	20																																																																																																																											
ほうれん草	5																																																																																																																											
小麦 こいくちしょうゆ	5																																																																																																																											
でんぶん	1																																																																																																																											
けずりぶし	1.7																																																																																																																											
みず	100																																																																																																																											
ぶりがくぎり	30																																																																																																																											
だいこん	30																																																																																																																											
つちしょうが	1																																																																																																																											
おさけ	2.3																																																																																																																											
みりん	1.1																																																																																																																											
さとう	1.7																																																																																																																											
小麦 こいくちしょうゆ	3.4																																																																																																																											
みず	3.8																																																																																																																											
小麦 あげぎょうざ (18g×)	20																																																																																																																											
なたねあぶら	5.4																																																																																																																											
ぎゅうにく	20																																																																																																																											
あぶらあげ	5																																																																																																																											
小麦 うどん	50																																																																																																																											
たまねぎ	25																																																																																																																											
はくさい	20																																																																																																																											
にんじん	10																																																																																																																											
あおねぎ	5																																																																																																																											
みりん	1																																																																																																																											
小麦 カレールウ	10.5																																																																																																																											
小麦 うすくちしょうゆ	1.2																																																																																																																											
けずりぶし	1.7																																																																																																																											
みず	100																																																																																																																											
ロースハム	10																																																																																																																											
かんそうわかめ	0.2																																																																																																																											
キャベツ	25																																																																																																																											
にんじん	5																																																																																																																											
小麦 こいくちしょうゆ	1.4																																																																																																																											
さとう	0.1																																																																																																																											
す	1.4																																																																																																																											
なたねあぶら	0.6																																																																																																																											
ベーコン	15																																																																																																																											
だいこん	30																																																																																																																											
キャベツ	30																																																																																																																											
もやし	10																																																																																																																											
にんじん	5																																																																																																																											
あおねぎ	5																																																																																																																											
しろワイン	1																																																																																																																											
やさしいブイオン	10																																																																																																																											
こしょう	0.02																																																																																																																											
しお	0.5																																																																																																																											
小麦 うすくちしょうゆ	1																																																																																																																											
みず	80																																																																																																																											
ハンバーグ (50g)	10																																																																																																																											
なたねあぶら	0.1																																																																																																																											
さとう	2																																																																																																																											
トマトケチャップ	8																																																																																																																											
ウスターソース	2																																																																																																																											
ブロッコリー	28																																																																																																																											
ノンエッグマヨネーズ	5																																																																																																																											