たんぱく質 脂質 カルシウム ビタミンA ビタミンB1 ビタミンB2 ビタミンC 食物繊維 食塩相当量 鉄 エネルギー kcal  $\mu$  gRAE mg mg mg mg mg mg 学校給食 エネルギー エネルギー 2.0 摂取基準 350 50 200 0.40 0.40 Ø13∼ Ø20~ 3.0 以上 未満 (8~9才) 20%1月分 23.719.0 平均栄養量 (16.0%)

- ◆おはしは、家から持ってきてください。
- ◆食事の前には、手をきれいに洗いましょう。
- ◆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(木)のビーフカレーの☆印は、ラッキーにんじんが入る日を表しています。
- ◆25日(木)のかたのジェラートは、業者が直接学校に配送します。





## 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。
- ・海産物、海産加工品は、えび・かにが生息する域で採取している場合が あります。また、えび・かにを捕食している場合があります。
- ・17日(水)と23日(火)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。









がかりょうしはん

なたねあぶら

春巻き

(50g)

なたねあぶら

## ORBADERBA ORBADERBA ORBADERBA ORBADERBA

2024年も給食を楽しみにしていてくださいね!

## 10日 ご飯 12日 11日 (小麦・乳)米粉パン 給食費口座振椿の 今月の地場産物 白みそ雑煮 ぶりの照り焼き 肉団子スープ ちゃんぽん <u>タッカルビ</u> お知らせ うめがたかまぼこ 15 小麦 ラーメンのめん 5 小麦 ぶりのてりやき 小麦 ミートボール とりにく 25 小麦 やきぶた 25 振替日 にこみもち 25 (30g) 1⊐ りょくとうはるさめ キャベツ ちくわ だいこん たまねぎ 20 たまねぎ キャベツ 30 1月29日(月) 7期 きんときにんじん 10 にんじん にら もやし 15 にんじん あおねぎ こまつな つちしょうが にんじん きんときにんじん さといも えのきたけ にんにく つちしょうが 0.1 前日までに、口座の残高 しろみそ 18 つちしょうが 0.5 コチジャン おさけ こんぶたし しお 0.8 0.08 おさけ チキンスープ 10 小麦 はるまき <u>きんぴらごぼう</u> 確認をお願いいたします。 みず こしょう 0.03 みりん しお 0.4ぶたにく チキンスープ こしょう こしょう 5.5 0.020.11 5 小麦 うすくちしょうゆ 小麦 うすくちしょうゆ にんじん しお 0.15 100 さとう でんぷん 1.5 つきこんにゃく 10 みず キャベツ ほししいたけ ささがきごぼう 小麦 こいくちしょうゆ みず 100 10 みりん 0.5トマトケチャップ ナレう たたわあぶら





				<b>交</b> 野	農家の芳が			さとう 小麦 こいくちし なたねぁ		3		なたねあぶら	0.2						
						<b>ద్దీ</b> అర													
				作ってくださいました。 態謝して養べましょう。			<u>(乳)牛乳</u> 1本				*** >1	£ 4.			****				
											(乳 <b>)牛乳</b> 1本				(乳)牛乳 1本				
r	15日	5日 ご飯				(小麦・乳)コッペパン	17日		」 ご飯		18日		(小麦・乳)ブランパン		19日		! ご <b>飯</b>		
}	101	<u> </u>			101				)	1									
	かぶのごま	かぶのごま煮		がたに< <b>豚肉の</b>		<u>ダー</u>	<u>かつおの</u>	<u>うずら卵入り</u>		<u>キャベツの</u>		ニョッキ		カラフル ゃさい		<u>じゃがいもの</u>		こまっな <u>小松菜の</u> ゎふぅぁ	
	•		<u>しょうが</u> 妙め				<u>ノルウェー風</u>	かんとう に <b>関東煮</b>		塩麹		<u>クリームシ</u>		野菜ソテー		そぼろ煮		<u>和風和え</u>	
	とりにく	15	i	20	スライスウインナー	10	かつおかくぎりでんぷんつき		20	1				スライスウインナー	10		25	1	10
	きぬあつあげ ちくわ	20 10		25 5		35 5		) ごぼうてん 3 卵 うずらたまごみずに	15 • 20	4		<ul><li>しろいんげん</li><li>小麦 じやがいも</li></ul>		ほうれんそう ホールコーン	15 10	が表 うすくちしょうゆ じゃがいも	0.3 60	, =	20 10
	らくわ こんにゃく	10		0.6	たまねぎ	э 30	į			ル麦 うすくちし		小友 しやかい	20	ボールューン にんじん	10	たまねぎ		小麦うすくちしょうゆ	10
	じゃがいも	40	i	1.2	にんじん	10	トマトケチャップ	じゃがいも	40	ì	0.03	じゃがい		こしょう	0.02		20		1
	かぶ		小麦うすくちしょうゆ	1.6	しめじ	5	ウスターソース 1.5		35	4		- ' ' ' '	_	しお	0.03		10	1	0.4
	にんじん	10	なたねあぶら	0.2	ホールコーン	5	みず 3	にんじん	5	なたねま				なたねあぶら	0.2		0.5	†	
	かぶのは	5			しろワイン	1		おさけ	1	1		パセリ	0.2			むきえだまめ	5		
	しろすりごま	2.2			ローリエ	0.02		さとう	3	}		しろワイン	1			おさけ	1		
	おさけ	1			チキンブイヨン	10		小麦 こいくちしょうゆ	4			ローリエ	0.02			みりん	1		
	さとう	2.7	i		とうにゅう	20		しお	0.1			ポークブイ	'ヨン 10			小麦 うすくちしょうゆ	4		
	しお	0.1	働ミルメーク(12	.5g)	こしょう	0.03		なたねあぶら	0.2			乳・ ホワイトベー	ース 32			さとう	1.8		
刁	・麦 うすくちしょうゆ	3.8			しお	0.4		けずりぶし	0.7					ALC SAD	R	しお	0.1		
	なたねあぶら	0.2		1=	でんぷん	1		みず	40			乳 ぎゅうにゅ		15/235		でんぷん	0.6		
	けずりぶし	0.7			なたねあぶら			;	,,	1		こしょう	0.03			なたねあぶら	0.2	į	
	みず	40			みず	50		land.				しお	0.4	· ·		けずりぶし	0.7	1	
												小麦 こむぎこ みず	40			みず	40		
									~(F)			<i>サ</i> 9	40						
									<u>)</u>										
	ぎゅうにゅう				ぎゅうにゅう			ぎゅうにゅう								ぎゅうにゅう			
	ぎゅうにゅう (乳)牛乳	1本			ぎゅうにゅう (乳)牛乳	1本		(乳)牛乳	1本			みかんジュー	<u>-ス</u> 1本			<u>(乳)牛乳</u>	1本		
			ļ				İ			Ì		İ				İ		1	1