

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	597	23.7 (15.9%)	19.9 (30.0%)	295	75	2.4	184	0.51	0.55	25	4.9	2.0

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。

・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。

・12日(水)と26日(水)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。



～給食の献立は、いろいろな食品を取ることで全体の栄養バランスを考えています～

- ◆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・大阪府産・京都府産の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、個体識別番号を確認し、安全な牛肉を使用しています。
- ◆17日(月)のチキンカレーの☆印は、ラッキーにんじんが入る日を表しています。

こめ じゃがいも かのろびー (レッドムーン)

今月の地場産物



3日	4日	5日	6日	7日
みぞれ汁	冬野菜カレー	じゃがいもとベーコンの煮物	イタリアンマカロニ	けんちん汁
ぶたにく 15 かたかまぼこ(おに) 5 あぶらあげ 5 だいこんおろし 15 はくさい 20 なめこ 10 にんじん 5 こまつな 5 おさけ 1 小麦 うすくちしょうゆ 5 でんぶん 1 けずりぶし 1.7 みず 100	ぶたにく 20 レンズまめ 10 じゃがいも 35 だいこん 10 ブロッコリー 20 たまねぎ 10 にんじん 10 ローリエ 0.02 ブルーベリー 8 小麦 カレールウ 9 こしょう 0.03 ウスターソース 1 なたねあぶら 0.2 みず 85	ベーコン 15 ひらてん 20 じゃがいも 60 たまねぎ 45 にんじん 10 おさけ 1 しお 0.05 さとう 2 小麦 うすくちしょうゆ 3.2 けずりぶし 0.7 みず 40	スライスウインナー 10 小麦 マカロニ 25 たまねぎ 40 にんじん 15 ピーマン 5 マッシュルーム 5 にんにく 0.03 しろワイン 1 こしょう 0.05 しお 0.3 トマトケチャップ 10 トマトピューレ 10 ウスターソース 2 なたねあぶら 0.2	とりにく 15 あぶらあげ 5 だいこん 20 にんじん 10 あおねぎ 5 さきかきごぼう 10 みりん 1 小麦 こいくちしょうゆ 5 しお 0.1 ごまあぶら 0.15 けずりぶし 1.7 みず 100
(乳)牛乳 1本	(乳)牛乳 1本	(乳)牛乳 1本	(乳)牛乳 1本	(乳)牛乳 1本



10日	11日	12日	13日	14日
ちゃんこ	給食のパンについて	親子煮	ビーンズシチュー	あんかけうどん
とりだんご 15 とうふ 15 りょうとうはるさめ 5 あぶらあげ 5 キャベツ 30 はくさい 30 だいこん 25 にんじん 10 しろねぎ 5 つちしょうが 0.4 おさけ 1 みりん 2 しお 0.1 小麦 うすくちしょうゆ 1.5 小麦 こいくちしょうゆ 1.5 けずりぶし 1 みず 50	現在、交野市では、12種類のパンを給食で提供しています。(コッペパン、米粉パン、黒糖パン、ココアパン、レーズンパン、ナン、おさつパン、ブランパン、パーカーパン、painパン、チーズパン、メロンパン)	とりにく 20 卵 たまご 20 かまぼこ 15 じゃがいも 40 たまねぎ 40 にんじん 5 あおねぎ 3 おさけ 1 小麦 うすくちしょうゆ 4.2 さとう 2.1 なたねあぶら 0.2 けずりぶし 0.7 みず 45	ぶたにく 25 ミックスビーンズ 10 レンズまめ 10 たまねぎ 45 にんじん 15 エリンギ 10 ホークパイオン 10 小麦 デミグラスソース 30 あかワイン 1.5 ローリエ 0.02 こしょう 0.03 トマトケチャップ 6 とんかつソース 3 しお 0.3 なたねあぶら 0.2 小麦 こむぎこ 0.5 みず 40	とりにく 20 かまぼこ 5 かんそうわかめ 0.3 小麦 うどん 50 はくさい 25 にんじん 5 えのきたけ 5 つちしょうが 0.8 おさけ 1 しお 0.1 小麦 うすくちしょうゆ 6 でんぶん 1.5 けずりぶし 1.7 みず 100
(乳)牛乳 1本	(乳)牛乳 1本	(乳)牛乳 1本	(乳)牛乳 1本	(乳)牛乳 1本

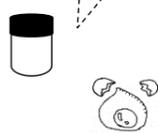


Table with 5 columns (17日 to 21日) and 2 rows of food items. Includes items like チキンカレー, ご飯, かぶのポトフ, わかめご飯, ABCスープ, ピンティパンナ, 肉豆腐, 春巻き. Includes a small illustration of a girl thinking about a carrot.

Table with 5 columns (24日 to 28日) and 2 rows of food items. Includes items like 世界の料理を知ろう!, スウェーデン ピンティパンナ, 豆乳カレースープ, わかめサラダ, たまごスープ, チャプチェ, カリフラワーのクリームシチュー, キャベツとウインナーのソテー, うずしお汁, まぐろフライ. Includes a map of Scandinavia and a small illustration of a girl thinking about a carrot.

まめを食べよう

学校給食では、様々な豆を献立に取り入れています。豆は、栄養豊富で食物繊維も多く、生活習慣病の予防によいとされています。

ご家庭でも、いろいろな料理に豆を取り入れてみてはいかがでしょうか。



節分と「豆」

大豆のすごいパワー!



おうちで豆腐を作ってみよう!



2月2日は節分です。学校給食でも、2月3日に節分献立を提供します。小学校には「福豆」が...

大豆は、たんぱく質、脂質、ビタミンB群、カルシウム、カルシウム、マグネシウム、鉄、食物繊維などを...

小学3年生の国語で「すがたを変える大豆」を勉強します。文章の中に豆腐の説明が出てきますが、おうちでも作ってみてはいかがでしょうか。

