

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	
8・9月分 平均栄養量	638	25.7 (16.1%)	21.3 (30.1%)	323	77	2.7	183	0.63	0.61	28	5.8	2.1	

◆おはしは、家から持ってきてください。

- ◆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、北海道産のななつぼしを使用しています。
  - ◆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。
  - ◆9月4日(木)のポークカレーの☆印は、ラッキーにんじんが入る日を表しています。
  - ◆9月24日(水)のラ・フランスゼリーは、業者が直接学校へ配送します。
  - ◆今月は、月・水・金曜日がパンの日、火・木曜日がご飯の日になっています。

# こんげつ じばさんぶつ 今月の地場産物



## 献立表のアレルギー表示について

- ・「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は、  
使用材料の左側に、その旨を表記しています。

・9月5日(金)と9月24日(水)の  は、アレルギー対応食を表しています。

- ・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。

・食物アレルギー等の健康上の理由などにより、加工食品配合表を希望される方は、学校給食センターのホームページよりご確認ください。



こちらのQRコードより  
アクセスできます。

URL: [https://www.city.katano.osaka.jp  
/docs/2025030400123/](https://www.city.katano.osaka.jp/docs/2025030400123/)

## 給食費口座振替の お知らせ

	振替日
2期	8月 27 日( 水 )
3期	9月 29 日( 月 )

前日までに、口座の残高  
確認をお願いいたします。



なつやす あ  
夏休み明け

せいかつ  
生活リズムをととのえよう!

生活リズムをととのえるためには、わたし  
からだの体にある「体内時計」を、1日24時間  
き明明に合わせて、調整することが大切です。  
うせい整するためには、下に書いてあるよう  
がよいと言われています。生活リズムを  
のえて、2学期も元気に過ごしましょう!



1日	(小麦・乳)コッペパン	2日	はんご飯	3日	(小麦・乳)コッペパン	4日	はんご飯	5日	まる(小麦・乳)丸パン
とりにく 鶏肉とじやがいもの にもの 煮物	ひじきとウインナー のソテー	かぼちゃの そぼろ煮	ぶたにく 豚肉の焼肉風炒め	とうがん 冬瓜のポトフ	やさい 野菜コロッケ	ポークカレー☆	いろどり 彩りサラダ	ビーフン入り たまご 卵スープ	まる(小麦・乳) キムチ炒め
とりにく 25	スライスウインナー 10	ぶたにく 25	ミニウインナー 25	小麦 やさいコロッケ (50g)	1コ	ぶたにく 20	ロースハム 10	とりにく 20	ぶたにく 25
ひらてん 10	めひじき 1.5	小麦 うすくちしょうゆ 0.3	たまねぎ 30	とうがん 40	たまねぎ 30	レンズまめ 10	キャベツ 25	小麦 やきぶた 5	はくさいキムチ 10
こんにゃく 20	にんじん 5	かぼちゃ 40	こまつな 5	たまねぎ 30	なたねあぶら 10	じやがいも 40	きゅうり 5	卵 <b>たまご</b> 20	キャベツ 10
たまねぎ 30	ピーマン 5	じやがいも 40	にんにく 0.03	キャベツ 30	ウスターソース 2	たまねぎ 35	ホールコーン 5	ビーフン 12	にら 5
じやがいも 50	ホールコーン 10	たまねぎ 30	りんごピューレ 2	にんじん 15		にんじん 10	小麦 こいくちしょうゆ 1.2	チングンサイ 10	つちしょうが 0.2
にんじん 10	こしょう 0.02	にんじん 10	おさけ 0.5	ゼロリエ 1		ローリエ 0.02	さとう 0.1	にんじん 10	きりぼしだいこん 3
みりん 1	みりん 1.5	つちしょうが 0.5	かきあぶら 0.25	ポークブイヨン 5		ブルーンピューレ 8	す 1.2	たまねぎ 20	ににく 0.02
さとう 2.2	小麦 こいくちしょうゆ 0.6	ほししいたけ 0.5	みりん 0.5	しろワイン 1		小麦 カレールウ 9	こめあぶら 0.5	こしよう 0.03	チキンスープ 0.3
小麦 うすくちしょうゆ 3.8	なたねあぶら 0.2	しお 0.1	こしょう 0.01	ローリエ 0.01		こしよう 0.03	しお 0.1	しお 0.1	おさけ 0.2
なたねあぶら 0.2	小麦 うすくちしょうゆ 4	小麦 こいくちしょうゆ 2	タイム 0.01			ウスターソース 1		小麦 うすくちしょうゆ 3	さとう 0.5
けずりぶし 0.7		さとう 1.5	さとう 1	こしよう 0.03		なたねあぶら 0.2		でんぶん 0.3	小麦 うすくちしょうゆ 1
みず 40		なたねあぶら 0.2	しお 0.15	しお 0.25		みず 85		チキンスープ 10	なたねあぶら 0.1
		でんぶん 1	なたねあぶら 0.1	小麦 うすくちしょうゆ 0.8				みず 100	
		けずりぶし 0.7	みず 40	みず 45					
ミルメーク(ヨーヒー) (12.5g)		ミニフィッシュ(5g)							
	1コ		1コ						
きゅうにゅう (乳)牛乳	1本	きゅうにゅう (乳)牛乳	1本	きゅうにゅう (乳)牛乳	1本	きゅうにゅう (乳)牛乳	1本	きゅうにゅう (乳)牛乳	1本

