

月	火						水					
	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	200	0.40	0.40	25	4.5 以上	2.0 未満
7月分 平均栄養量	603	23.6 (15.7%)	20.0 (29.9%)	289	71	2.6	164	0.54	0.51	24	5.1	2.1

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・カニ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。

・13日(水)  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。
- ◆6日(水)の七夕ゼリーは、業者が直接学校へ配送します。
- ◆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、現在北海道産のおぼろづきを使用しています。
- ◆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。
- ◆6日(水)の七夕汁の☆印は、ラッキーにんじんが入る日を表しています。



こんげつ じほやさい
今月の地場野菜



交野市の農家の方が
心をこめて作っていただきました。
感謝して食べましょう。

げし はんげしょう
夏至と半夏生

「夏至」は、一年でもっとも日が出ている時間が長い日のことです。今年は6月21日になります。

「半夏生」は、夏至から数えて11日目にあたる日のことで、今年は7月2日になります。

昔は、夏至から半夏生までに田植えを終えるのが目安とされていました。

関西では、豊作を願って半夏生の日に「たこ」を食べる習慣があります。これは、作物がたこの足のように地面にしっかりと根を張ることを願う意味が込められています。

給食では7月1日にたこめしが登場します。



がつか たなばた
7月7日 七夕

七夕は、ひこ星と織り姫の2人が7月7日の夜、年に一度だけ天の川を渡って会うことが許されたという伝説が始まりといわれています。

交野市は、この有名な七夕伝説のふるさとといわれています。

この日は、願い事を書いた短冊などを笹にかざったり、七夕の行事食であるそうめんを食べたりします。給食では、魚のすり身から作られる「うおそうめん」が登場します。



1日

(小麦)減量たこめし

豚じゃが	ツナサラダ
ぶたにく 20	ツナ 10
つきこんにやく 20	キャベツ 30
じゃがいも 60	にんじん 5
たまねぎ 40	小麦 こいくちしょうゆ 1.4
にんじん 10	さとう 0.1
むきえだまめ 5	す 1.4
みりん 3	なたねあぶら 0.5
さとう 1	
小麦 こいくちしょうゆ 4.5	
しお 0.1	
なたねあぶら 0.2	
けずりぶし 0.7	
みず 40	



ぎゅうにゅう (乳)牛乳 1本

4日

ご飯

5日

(小麦・乳)コップパン

6日

ご飯

7日

(小麦・乳)黒糖パン

8日

ご飯

4日	5日	6日	7日	8日
<p>ハヤシシチュー</p> <p>ぎゅうにく 20</p> <p>レンズまめ 10</p> <p>たまねぎ 40</p> <p>にんじん 15</p> <p>エリンギ 10</p> <p>トマトみずにあかワイン 1</p> <p>小麦 ハヤシルウ 9</p> <p>こしょう 0.01</p> <p>トマトケチャップ 5</p> <p>ウスターソース 1</p> <p>しお 0.2</p> <p>なたねあぶら 0.2</p> <p>みず 75</p>	<p>ポトフ</p> <p>ミニウインナー 25</p> <p>じゃがいも 20</p> <p>だいこん 25</p> <p>たまねぎ 25</p> <p>キャベツ 30</p> <p>にんじん 15</p> <p>セロリ 1</p> <p>ポークパイオン 5</p> <p>白ワイン 1</p> <p>ローリエ 0.01</p> <p>タイム 0.01</p> <p>こしょう 0.03</p> <p>しお 0.4</p> <p>小麦 うすくちしょうゆ 0.9</p> <p>みず 45</p>	<p>七夕汁☆</p> <p>とりにく 10</p> <p>かたかまぼこ(ほし) 5</p> <p>うおそうめん 7</p> <p>オクラ 7</p> <p>たまねぎ 25</p> <p>とうがん 25</p> <p>にんじん 10</p> <p>しお 0.1</p> <p>小麦 うすくちしょうゆ 5</p> <p>けずりぶし 1.7</p> <p>みず 100</p>	<p>星型コロッケ</p> <p>小麦 ほしがたコロッケ (50g) 1コ</p> <p>なたねあぶら 7.5</p> <p>たなばた七夕ゼリー 1コ</p> <p>コーンスープ</p> <p>ベーコン 20</p> <p>しろいんげんまめ 10</p> <p>じゃがいも 25</p> <p>たまねぎ 25</p> <p>にんじん 10</p> <p>パセリ 0.3</p> <p>ホールコーン 10</p> <p>クリームコーン 30</p> <p>乳 ぎゅうにゅう 20</p> <p>ポークパイオン 10</p> <p>こしょう 0.03</p> <p>しお 0.3</p> <p>でんぷん 1</p> <p>みず 40</p>	<p>ごま煮</p> <p>とりにく 20</p> <p>ごぼうてん 20</p> <p>こんにやく 20</p> <p>じゃがいも 50</p> <p>だいこん 20</p> <p>にんじん 10</p> <p>こまつな 5</p> <p>しろすりごま 2.2</p> <p>おさけ 1</p> <p>さとう 2.7</p> <p>しお 0.1</p> <p>小麦 うすくちしょうゆ 3.8</p> <p>なたねあぶら 0.2</p> <p>けずりぶし 0.7</p> <p>みず 40</p>

ぎゅうにゅう (乳)牛乳 1本

ぎゅうにゅう (乳)牛乳 1本

ぎゅうにゅう (乳)牛乳 1本

ぎゅうにゅう (乳)牛乳 1本

ぎゅうにゅう (乳)牛乳 1本

