

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
10月分 平均栄養量	592	24.4 (16.5%)	19.5 (29.6%)	294	81	2.7	162	0.50	0.53	22	4.8	2.2

- ◆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。
- ◆25日(水)の梨ゼリーは、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、北海道産のななつば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、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。
- ◆4日(水)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。

今月の地場野菜

ほししいたけ さつまいも
あおねぎ

かたのし のうか かた
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。

4日(水)は小学校運動会予備日のため、
コッペパンを提供します。
代わりに5日(木)はご飯を提供します。



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。
- ・6日(金)と27日(金)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。

2日	ごはん	3日	(小麦・乳)黒糖パン	4日	(小麦・乳)コッペパン	5日	ごはん	6日	ごはん
キムチスープ	チャプチェ	ABCスープ	さばのトマトみそ煮	チキンカレー☆	わかめサラダ	八宝菜	絹厚揚げの炒め物	えび入り高野豆腐の含め煮	れんこんのはさみ揚げ
ぶたにく 15 とうふ 40 チンゲンサイ 5 もやし 10 はくさいキムチ 7 おさけ 1 しお 0.08 こしょう 0.03 小麦 うすくちしょうゆ 3 チキンスープ 6 みず 100	とりにく 20 こしょう 0.02 さとう 0.25 小麦 こいくちしょうゆ 0.5 りょくとうはるさめ 5 たまねぎ 10 にんじん 10 にら 5 トウバンジャン 0.05 しお 0.2 さとう 0.5 小麦 こいくちしょうゆ 1.3 なたねあぶら 0.2	ベーコン 10 小麦 アルファベットマカロニ 6 たまねぎ 25 キャベツ 25 にんじん 5 じゃがいも 15 ホールコーン 10 セロリ 1 ローリエ 0.01 ポークパイオン 15 しろワイン 1 こしょう 0.03 しお 0.5 小麦 うすくちしょうゆ 1.5 みず 85	さばのトマトみそに (50g) 1コ	とりにく 20 レンズまめ 10 じゃがいも 45 たまねぎ 30 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	ツナ 15 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	ぶたにく 15 ちくわ 20 キャベツ 40 たまねぎ 35 にんじん 10 チンゲンサイ 10 たけのこ 15 おさけ 1 かきあぶら 1.1 チキンスープ 1 こしょう 0.03 しお 0.2 なたねあぶら 0.2 でんぶん 1 みず 15	きぬあつあげ 35 にんじん 5 ピーマン 8 かきあぶら 2 さとう 0.1 小麦 こいくちしょうゆ 1.5 でんぶん 0.3 なたねあぶら 0.2	こうや豆腐 9 とりにく 20 ちくわ 5 えび むきえび 10 たまねぎ 40 にんじん 5 こまつな 10 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	小麦 れんこんのはさみあげ (40g) 1コ なたねあぶら 8
(乳)牛乳 1本		(乳)牛乳 1本		りんごジュース 1本		(乳)牛乳 1本		(乳)牛乳 1本	

9日	スポーツの日	10日	(小麦・乳)コッペパン	11日	ごはん	12日	(小麦・乳)ブランパン	13日	ごはん
		彩りスープ	まぐろのノルウェー風	マーボー豆腐	ポークしゅうまい	白菜のクリームシチュー	キャベツとウインナーのソテー	さつまいものみそ汁	豚肉のしょうが炒め
		ベーコン 10 たまねぎ 10 キャベツ 10 じゃがいも 40 にんじん 5 もやし 5 りょくとうはるさめ 5 ホールコーン 5 やさいパイオン 10 しろワイン 1 こしょう 0.03 しお 0.5 小麦 うすくちしょうゆ 1 みず 80	まぐろのさけでんぶんつき 40 なたねあぶら 8 さとう 1.5 トマトケチャップ 5 ウスターソース 1.5 みず 3	とうふ 80 ぶたミンチ 30 たまねぎ 50 にんじん 20 あおねぎ 5 つちしょうが 0.8 ほししいたけ 0.5 にんにく 0.03 あかみそ 4 まめみそ 2 小麦 テンメンジャン 3 トウバンジャン 0.1 みりん 1 こしょう 0.02 小麦 こいくちしょうゆ 1 さとう 0.8 なたねあぶら 0.2 でんぶん 1 みず 8	小麦 ポークしゅうまい (18g×) 2コ	とりにく 20 しろいんげんまめ 10 はくさい 35 じゃがいも 35 にんじん 5 パセリ 0.3 しろワイン 1 ローリエ 0.02 チキンパイオン 10 乳・小麦 ホワイトベース 32 乳 ぎゅうにゅう 20 こしょう 0.03 しお 0.7 小麦 こむぎご 1 なたねあぶら 0.2 みず 40	スライスウインナー 15 キャベツ 20 ホールコーン 10 しお 0.1 こしょう 0.02 なたねあぶら 0.2	あぶらあげ 10 かんそうわかめ 0.3 さつまいも 35 キャベツ 15 にんじん 5 あおねぎ 5 みそ 10 けずりぶし 1.7 みず 100	ぶたにく 20 たまねぎ 25 ピーマン 5 つちしょうが 0.6 みりん 1.2 小麦 うすくちしょうゆ 1.6 なたねあぶら 0.2
		(乳)牛乳 1本		(乳)牛乳 1本		(乳)牛乳 1本		(乳)牛乳 1本	

給食費口座振替のお知らせ

振り替え日	10月27日(金)
-------	-----------

前日までに、口座の残高
確認をお願いいたします。