

Table with 13 columns: Energy, Protein, Fat, Calcium, Magnesium, Iron, Vitamin A, Vitamin B1, Vitamin B2, Vitamin C, Fiber, Salt. Rows include school standards and monthly averages.

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。
•4(水)と18日(水)の [缶] 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。
◆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、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。
◆12日(木)のポークシチューの☆印は、ラッキーにんじんが入る日を表しています。

給食費口座振替のお知らせ
振替日
6期 12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。



今月の地場産物



交野市の農家の方が心を込めて作っていただきました。感謝して食べましょう。

知っていますか? 交野の地場産物

かたのルビー

だ円形で、鮮やかな赤色の皮が特徴の「レッドムーン」という品種のじゃがいもの内、交野市内で栽培され、大阪エコ農産物に認定されたものを「かたのルビー」と言います。
かたのルビーは、煮くずれしにくいので、煮込み料理や炒め物にぴったりです。また、皮の赤色と中のさつまいものような黄色を

エコ農産物 大阪府認証 農業・化学肥料 【5割減】
有機農業の日

大阪エコ農産物を使っています!

大阪エコ農産物は、化学合成農薬や化学肥料の使用量が通常の半分以下で栽培された農産物のことです。
かたのルビーも大阪エコ農産物で、給食ではかたのルビーのほかにも、玉ねぎや青ねぎ、さつまいも、なす、にんじん、きゅうり、ズッキーニなどもエコ農産物を使っています。
日本では、2016年12月8日に、「有機農業の日」が制定されました。この日は、環境の負荷をできる限り低減して栽培された有機農産物を食べ、地球の環境やSDGsについて考える日です。
みなさんも、交野でとれたおいしい野菜を使った給食を食べ、地球環境について考えてみませんか?

世界の料理をしよう!

12月の世界の料理(12月3日)



スウェーデン ショットブツラル
ショットブツラルは、スウェーデンのミートボールのことです。スウェーデンの家庭料理で、各家庭によって使うお肉やスパイスなどの調味料がちがうそうですよ。
また食べるときには、グレイビーソースや生クリーム・牛乳を使ったソース、ココモモのジャム、マッシュポテトなどを添えて食べるそうです。給食では、牛乳を使ったクリームシチューに入って登場します。



Main menu table with columns for days 2 to 6. Includes items like 豆腐のうま煮, さばのみぞれがけ, ショットブツラル, 彩りサラダ, 高野豆腐の卵とじ, 切干大根の煮物, ポトフ, ケチャップ炒め, 冬野菜のみそ汁, 交野ルビーコロッケ. Includes allergen icons and a Swedish flag for the 3rd day.

月	火	水	木	金
<b>9日</b> ごはん ビーフカレー ぎゅうにく 20 レンズまめ 10 じゃがいも 40 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 ウスターソース 1 こしょう 0.03 なたねあぶら 0.2 みず 85 （乳）牛乳 1本	<b>10日</b> （小麦・乳）コッペパン 中華スープ ちゅうか 15 やきぶた 15 なるとかまぼこ 5 りょくとうはるさめ 5 チンゲンサイ 20 たまねぎ 30 エリンギ 5 にんじん 5 おさけ 1 チキンスープ 5.5 こしょう 0.03 小麦 うすくちしょうゆ 3 しお 0.1 みず 100 （乳）牛乳 1本	<b>11日</b> ごはん 呉汁 こじる 15 とりにく 15 あぶらあげ 3 かんそうわかめ 0.3 だいずみずに 10 こんにやく 10 はくさい 20 じゃがいも 25 にんじん 5 みそ 10 けずりぶし 1.7 みず 100 りんごジュース 1本	<b>12日</b> （小麦・乳）コッペパン ポークシチュー☆ ぶたにく 20 きんときまめ 10 じゃがいも 40 たまねぎ 40 にんじん 10 しめじ 10 あかワイン 1 ローリエ 0.02 小麦 デミグラスソース 30 こしょう 0.03 しお 0.2 トマトピューレ 3 トマトケチャップ 3 とんかつソース 3 なたねあぶら 0.2 小麦 こむぎこ 1 みず 40 （乳）牛乳 1本	<b>13日</b> ごはん 白菜と豚肉のだし煮 はくさい 25 ぶたにく 25 とうふ 40 はくさい 40 みずな 5 えのきたけ 5 ささがきごぼう 10 つちしょうが 0.4 おさけ 1.5 みりん 2 しお 0.1 小麦 こいくちしょうゆ 4 けずりぶし 0.7 みず 30 （乳）牛乳 1本

<b>16日</b> 菜飯 かぶのごま煮 ぶたにく 20 きぬあつあげ 20 ちくわ 10 こんにやく 10 かぶ 60 にんじん 10 あおねぎ 5 しろすりごま 2.2 おさけ 1 さとう 2.5 しお 0.08 小麦 うすくちしょうゆ 3.5 なたねあぶら 0.2 けずりぶし 0.7 みず 40 （乳）牛乳 1本	<b>17日</b> （小麦・乳）黒糖パン キムチ鍋 ぶたにく 20 とうふ 20 りょくとうはるさめ 3 はくさい 20 キャベツ 20 もやし 10 だいこん 15 にんじん 5 えのきたけ 10 はくさいキムチ 6 あかみそ 0.9 小麦 こいくちしょうゆ 3.8 さとう 1.5 しお 0.2 みりん 1.4 コチジャン 0.4 チキンスープ 3 みず 40 （乳）牛乳 1本	<b>18日</b> ごはん ビーフ入り豚肉のしょうが炒め ぶたにく 25 たまねぎ 20 しろねぎ 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 0.1 （乳）牛乳 1本	<b>19日</b> （小麦・乳）コッペパン ベジタスープ ローズハム 10 たまねぎ 20 キャベツ 20 ホールコーン 10 にんじん 5 パセリ 0.3 しろワイン 1 やさしいブイヨン 10 こしょう 0.02 しお 0.5 小麦 うすくちしょうゆ 1 みず 90 （乳）牛乳 1本	<b>20日</b> ごはん かぼちゃのそぼろ煮 ぶたミンチ 25 小麦 うすくちしょうゆ 0.3 かぼちゃ 40 じゃがいも 40 たまねぎ 30 にんじん 10 つちしょうが 0.5 ほししいたけ 0.5 しお 0.2 小麦 うすくちしょうゆ 4 さとう 1.5 なたねあぶら 0.2 でんぶん 1 けずりぶし 0.7 みず 40 （乳）牛乳 1本
--	---	---	--	--

### 12月21日は『冬至』

冬至は、一年で最も昼の時間が短い日です。運をたくさん取り込むため、かぼちゃ（なんきん）のように「ん」が二つ重なった食べ物を食べる「連盛り」という風習があります。また、寒い中で健康に暮らせるようにゆず湯に入ります。

かぼちゃ(なんきん)      にんじん

れんこん      きんかん

### おせち料理の意味を知ろう

おせち料理とは、もともと五節句などの節目に、神様にお供えた料理のことでした。本来は五節句のときに作られていましたが、今ではお正月のみに作られるようになりました。おせち料理には、それぞれ願いがこめられています。

黒豆      数の子      えび

まめに暮らせ      卵の数が多いで      腰が曲がるまで

ますように      子孫繁栄を願って      長生きできますように

田作り

香、田の肥料にしていたことから豊作になりますように

### ひと足先に給食体験「学校給食試食会」


就学前のお子さんの保護者の方を対象に学校給食を知ってもらうため、給食の試食会を開催します。

日時: 令和7年1月22日(水) 10時~12時

場所: おりひめ給食センター2F 多目的室

対象: 3~5歳児の保護者

定員: 25名

申込方法: QRコードから⇒ 

応募期間: 12/23(月)から

試食代: 305円

内容: 給食試食・見学

問合せ: 給食センター 072-891-0098

### 市民対象の給食見学試食と健康講話の開催


学校給食についてより多くの方々に知っていただくため、見学、給食の試食及び健康講話を実施します。

日時: 令和7年1月27日(月) 9時半~12時

場所: おりひめ給食センター2F 多目的室

対象: 市内在住の方

定員: 25名

申込方法: QRコードから⇒ 

応募期間: 1/6(月)から

試食代: 305円

内容: 給食試食・見学・健康講話

問合せ: 給食センター 072-891-0098