



Table with 4 columns: 献立名, 材料名, 栄養三色, アレルゲン. Rows include 1日 (月) items like ごはん, ぎゅうにゅう, あつやきたまごウインナー, ハッシュドビーフ, はなやさいサラダ.

Table with 4 columns: 献立名, 材料名, 栄養三色, アレルゲン. Rows include 2日 (火) items like コッペパン, ぎゅうにゅう, いわしこみフライ, ほうれんそうのソテー, どうにゅうコーンスープ, せつぶん, ふくまめ.

節分と大豆のおはなし. Text about the festival and soybeans. Illustration of a boy with a ghost mask and a girl.

Table with 4 columns: 献立名, 材料名, 栄養三色, アレルゲン. Rows include 3日 (水) items like ごはん, ぎゅうにゅう, とりにくのみそだれ, きんぴらごぼう, はるさめじる.

Table with 4 columns: 献立名, 材料名, 栄養三色, アレルゲン. Rows include 4日 (木) items like せわりパン, ぎゅうにゅう, ビーフコロッケ, やさいソテー, ミネストローネ, ぼうチーズ.

Table with 4 columns: 献立名, 材料名, 栄養三色, アレルゲン. Rows include 5日 (金) items like ごはん, ぎゅうにゅう, ちくわのいそべあげ, にびたし, かすじる.

Table with 4 columns: 献立名, 材料名, 栄養三色, アレルゲン. Rows include 8日 (月) items like ごはん, ぎゅうにゅう, さばのゆうあんやき, ちくぜんに, かきたまじる.

Table with 4 columns: 献立名, 材料名, 栄養三色, アレルゲン. Rows include 9日 (火) items like マンゴーパン, ぎゅうにゅう, にくだんご(2こ), ジャーマンポテト, レタスのスープ.

愛媛県産 真鯛(まだい). Text about the fish and its use in school meals. Illustration of a red snapper and a bowl of soup.

小学生メニューコンテスト 最優秀賞 給食センター賞 受賞メニュー 生駒東小学校 6年 北田 舞さん 「野菜たっぷり色どりスープカレー」. Includes ingredients and recipe.

Table with 4 columns: 献立名, 材料名, 栄養三色, アレルゲン. Rows include 10日 (水) items like ごはん, ぎゅうにゅう, さげミンチカツ, キャロットラペ, やさいたっぷり色どりスープカレー.

Table with 4 columns: 献立名, 材料名, 栄養三色, アレルゲン. Rows include 12日 (金) items like ごはん, ぎゅうにゅう, とりにくとこんさいのつくね, こうやどうふのもの, すましじる, なつとう.



Table with 4 columns: 献立名, 材料名, 栄養三色, アレルゲン. Rows for 15日 (月) and 16日 (火). Includes items like ごはん, ぎゅうにゅう, しょうじかなのくろずあん, ほうれんそうのごまあえ, じゃがいものみそ.

Table with 4 columns: 献立名, 材料名, 栄養三色, アレルゲン. Rows for 18日 (木) and 19日 (金). Includes items like しょうパン, ぎゅうにゅう, ハンバーグ, アスパラガスのソテー, しょういんげんのポタージュ, ミルメークココア.

食育の日・わ食の日

うったち汁

うったち汁は、佐賀県の郷土料理です。平安時代の女流歌人、和泉式部(いずみしきぶ)が都へ旅立つ時に、和泉式部の両親が旅の安全と幸せを願って「うたっち汁」を食べさせて見送ったという言い伝えがあります。



Table with 4 columns: 献立名, 材料名, 栄養三色, アレルゲン. Rows for 22日 (月) and 25日 (木). Includes items like ごはん, ぎゅうにゅう, とりにくのねぎしおだれ, チンゲンサイのソテー, わかめスープ, ごめこパン, ぎゅうにゅう, ぶたにくのチリソースいため, やさいスープ, スティックタルト.

【食品に関するアレルゲンについて】 予定献立表には、毎日の献立名・食品名・食品に関するアレルゲンを表示します。アレルゲンに関しては、特定原材料(7品目)および特定原材料に準ずるもの(21品目)を記載します。加工品などに含まれるアレルゲンについては、食材納入業者より提出された書類を元に表示されているものを記載します。食品に関するアレルゲンは毎日確認してください。

【アレルギー表示対象品目】

表示義務づけ特定原材料(7品目)	卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに
特定原材料に準ずるもの(21品目)	あわび・いか・いくら・オレンジ・カシューナッツ・アーモンド・キウイフルーツ・牛肉・くるみ・ごま・さけ・さば・大豆・鶏肉・バナナ・豚肉・まつたけ・もも・やまいも・りんご・ゼラチン

【献立のマークについて】

- 地産産物(奈良県・生駒市でとれたもの)を使っています。
- カミカミ献立(よくかんで食べましょう)
- 給食センター返却用のゴミ袋がつきます。
- スプーンがつきます。
- 魚の日です。骨に注意して、しっかりとんで食べましょう。

毎月19日は「食育の日・わ食の日」です。生駒市では、毎月19日頃の給食の献立において以下の取り組みをします。

- ① 地産産物(奈良県産や生駒市産)の活用
- ② 郷土料理や世界の料理、行事食の提供
- ③ ラッキーにんじん

「わ食の日」の「わ食」とは、和やかな食事、輪になった楽しい食事、身体にO(マル)な食事、和食などのことを意味します。

【栄養三色】

赤…おもに体を作るもとになるもの
緑…おもに体の調子をととのえるもの
黄…おもにエネルギーのもとになるもの

【栄養成分表】

エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	加糖量 mg	鉄 mg	ビタミンB1 μg	ビタミンB2 mg	ビタミンC mg
663	25.0	18.7	343	2.9	199	0.34	0.52