

Table with 10 columns: 日, 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー, 日, 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー, 日, 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー. Includes items like 麦入りごはん, チキンカツ, 夏野菜カレー, 海藻サラダ, 冷凍みかん.

Summary row for the first week: エネルギー 839kcal, たんぱく質 24.3g, エネルギー 921kcal, たんぱく質 32.3g, エネルギー 737kcal, たんぱく質 23.6g.

Table with 10 columns: 日, 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー, 日, 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー, 日, 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー. Includes items like ごはん, さばのみそ煮, 里芋とにんじんのそぼろあんかけ, すまし汁, 月見団子.

Summary row for the second week: エネルギー 909kcal, たんぱく質 28.7g, エネルギー 740kcal, たんぱく質 30.4g, エネルギー 879kcal, たんぱく質 32.8g.

Table with 4 columns: 日, 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー. Includes items like 食パン, コロッケ, 牛肉とアスパラのオイスターソース炒め, ササミのスープ, 奈良のブルーベリージャム.

Summary row for the third week: エネルギー 821kcal, たんぱく質 30.7g.

Table with 4 columns: 日, 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー. Includes items like ごはん, 鶏肉のしょうが焼き, ひじきと大豆の煮物, なすのみそ汁, ヨーグルト.

Summary row for the fourth week: エネルギー 802kcal, たんぱく質 28.7g.

《アレルギー物質の追加に伴う献立表の一部変更について》
7月分までの献立表には、食品に含まれるアレルギー物質として、食品衛生法において表示が義務づけられている特定原材料7品目及び特定原材料に準ずるもの18品目を記載していました。
この内、特定原材料に準ずるものについては、昨年9月20日付けの消費者庁通知により、「カシューナッツ」と「ごま」の2品目が新たに加えられ、計20品目となりました。また、経過措置として、本年8月31日までに当該2品目の表示に努めるよう、関係者へ指導することとなっています。
このことから、学校給食センターにおいても、9月分の献立表から、当該2品目を含めて表示することとなりましたので、お知らせします。

【食品に関するアレルギーについて】
アレルギーに関しては、特定原材料(7品目)および特定原材料に準ずるもの(20品目)を食材納入業者より提出された書類を元に記載します。
【献立にのせるマークについて】
● 地産物(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。
● はしの日です。
【6つの基礎食品群】
1群…たんぱく質
2群…無機質(カルシウムの多いもの)
3群…ビタミンA(カロテン)の多いもの
4群…ビタミンCの多いもの
5群…炭水化物
6群…脂質
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地産物(奈良県産や生駒市産)を活用します。
②★ラッキーにんじんが入ります。
「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、身体に〇(マル)な食事、和食などのことを意味します。
◎ 不明な点などありましたら給食センターへお問い合わせ下さい。TEL 0743-73-3141
今月の平均栄養量
エネルギー kcal 831, たんぱく質 g 29.8, 脂質 g 24.6, カルシウム mg 423, 鉄 mg 4.0, レチノール当量 μg 296, ビタミンB1 mg 0.63, ビタミンB2 mg 0.60, ビタミンC mg 32

Table with 10 columns: 日, 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー, 日, 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー, 日, 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー. Includes menu items like コッペパン牛乳, 春巻き, and 野菜のドレッシングあえ.

Table with 10 columns: 日, 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー, 日, 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー, 日, 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー. Includes menu items like ごはん牛乳, 野菜入りさつまあげ, and マーボーチンゲンサイ.

Table with 10 columns: 日, 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー, 日, 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー, 日, 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー. Includes menu items like 米粉パン牛乳, 豚肉となすのカレー炒め, and フライドポテト.

Table with 3 columns: 日, 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー. Includes menu items like コッペパン牛乳, チキンのハーブ焼き, and ほうれん草ソテー.

朝ごはん! 毎日きちんと朝食は! 朝は1日の出発点です。朝ごはんを食べるとエネルギーや栄養が補給され、体が活発に動き始めます。 Includes a diagram showing the steps of a healthy breakfast: Step 1 (水分), Step 2 (主食), Step 3 (主菜), Step 4 (副菜).