

Table with 4 columns: 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー, エネルギー, たんぱく質. Includes items like ごはん, 牛乳, あじのピリから焼き.

「食欲の秋」到来! 秋は多くの作物が収穫される実りの季節です。きのこ類はそのほとんどが人工的に栽培されているため、一年中店頭と並んでいますが、天然のきのこは梅雨の時期と気温が低下する秋にとれます。苦手な人も食べてみましょう!

Table with 4 columns: 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー, エネルギー, たんぱく質. Includes items like 背割パン, いわしフライ, バックウスターソース.

10月4日は【いわし(104)の日】 いわしフライとキャベツのソテーをパンにはさんで食べましょう!

Table with 4 columns: 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー, エネルギー, たんぱく質. Includes items like 麦入りごはん, 牛乳, 秋野菜カレー.

Table with 4 columns: 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー, エネルギー, たんぱく質. Includes items like コッペパン, シーフードスパゲティ, ほうれん草のソテー.

Table with 4 columns: 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー, エネルギー, たんぱく質. Includes items like ごはん, 牛乳, かぼちゃひき肉フライ.

Table with 4 columns: 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー, エネルギー, たんぱく質. Includes items like コッペパン, あげハンバーグ, きこのデミグラスソース煮.

Table with 4 columns: 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー, エネルギー, たんぱく質. Includes items like ごはん, 牛乳, 牛丼の具, 赤だし.

Table with 4 columns: 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー, エネルギー, たんぱく質. Includes items like 食パン, ポークチャップ, ポトフ.

Table with 4 columns: 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー, エネルギー, たんぱく質. Includes items like ごはん, 牛乳, シルバーの西京焼き, 昆布の炒め物.

おせに体の組織をしくめる 1群 2群 3群 4群 5群 6群. Lists food groups with icons: 肉・魚・卵・豆・豆製品, 牛乳・乳製品, 緑黄色野菜, etc.

【食品に関するアレルギーについて】 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(20品目) あわび・いか・いくら・オレンジ・カシューナッツ...

【献立にのせるマークについて】 地場産物(奈良県・生駒市でとれたもの)を... カミカミ献立(よくかんで食べよう)... 給食センター返却用のゴミ袋が... 6つの基礎食品群...

Table with 10 columns: エネルギー, たんぱく質, 脂質, カルシウム, 鉄, レチノール当量, ビタミンB1, ビタミンB2, ビタミンC. Summary of monthly average nutrition.

Table with 9 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, 牛乳, 太刀魚フライ, キャベツの和風炒め, みそ汁, 納豆.

Table with 9 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 コッペパン, 鶏肉の塩焼き, ジャーマンポテト, ミネストローネ, パックミニフィッシュ.

Table with 9 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 コッペパン, かつおフライ, れんこんサラダ, パックドレッシング, ビーフンスープ.

Table with 9 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, さばの塩焼き, きんぴらごぼう, 豚汁.

おすすぬ 給食レシヒ 7日(金) にんじんしりしり を紹介します! 【作り方】 ① にんじんはスライサーでおろすか、千切りにする。糸こんにゃくは下ゆでし、食べやすい長さに切る。ツナは水分をきっておく。 ② フライパンにゴマ油、おろし生姜を入れ、にんじん、糸こんにゃくを炒める。 ③ ツナ、こしょう、中華スープ、しょうゆを加え炒める。 ④ 卵を加え、炒めて完成。