

Table with 3 columns: Date, Dish Name, Food Name, Allergen. Includes dishes like ごはんぎゅうにゅう, たちうおのてんぷら, きんぴらごぼう, みそしる.

Table with 3 columns: Date, Dish Name, Food Name, Allergen. Includes dishes like コッペパン, かぼちゃひきにくフライ, アスパラのソテー, こめこのシチュー.

Table with 3 columns: Date, Dish Name, Food Name, Allergen. Includes dishes like ごはんぎゅうにゅう, さけのしおやき, ほうれんそうのいためもの, にゅうめん, ブルーベリータルト.

Table with 3 columns: Date, Dish Name, Food Name, Allergen. Includes dishes like ごはんぎゅうにゅう, かつおのたつたあげ, ぎゅうにくときのこのいためもの, あかだし, ココアパウダー.

【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（20品目）を記載します。

【アレルギ表示対象品目】

Table with 2 columns: 表示義務づけ特定原材料 (7品目) and 特定原材料に準ずるもの (20品目). Lists items like 卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに, あわび・いか・いくら・オレンジ・カシューナッツ・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.

- 食品に関しては、献立名が同じであっても月により使用する製品のメーカーが異なる場合があります。
○よく使うもの（調味料等）については通年同じ商品を使用する予定です。
◎ご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
◎献立や材料は、都合により変更することがありますのでご了承ください。
◎食材の産地については、学校給食センターホームページをご覧ください。

献立アプリ [4919(食育) for IKOMA] が公開されました。(外部リンク) with QR code.

今月の平均栄養量

Table with 10 columns: エネルギー kcal, たんぱく質 g, 脂質 g, カルシウム mg, 鉄 mg, レチノール当量 μg, ビタミンB1 mg, ビタミンB2 mg, ビタミンC mg. Values: 675, 25.5, 20.1, 336, 3.0, 196, 0.53, 0.53, 25.

【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かます。
はしの日です。

【3つのグループの栄養】

- 赤...おもに体を作るものになるもの
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

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地場産物(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。



2018年

10月予定献立表

小学校用 生駒市教育委員会 生駒市立学校給食センター

Main table containing 12 columns of menu items, allergen information, and nutritional data for each day from October 16th to 31st. Each row includes the date, dish name, ingredients, allergen status, and energy/protein content.