

Table for May 1st (火) menu. Columns include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. Items include コッペパン牛乳, ミートソースペンネ, コロッケ, フルーツミックスナタデココ.

Table for May 8th (火) menu. Columns include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. Items include コッペパン牛乳, 白身魚フライ, ポテトサラダ, パックマヨネーズ, レタスのスープ.

Table for May 11th (金) menu. Columns include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. Items include ごはん牛乳, とびうおの天ぷら, ひじきとツナの炒め物, じゃがいものみそ汁.

Table for May 16th (水) menu. Columns include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. Items include ごはん牛乳, ハヤシライス, 海藻サラダ, パックしそドレッシング, ヨーグルト.

【食品に関するアレルギーについて】

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ギーを表示します。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）を記載します。

【アレルギー表示対象品目】

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 include 卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに and others.

○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。また、同月であっても小学校と中学校で使用する製品が異なる場合があります。

献立アプリ 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 showing average nutrition values for the month: エネルギー 795 kcal, たんぱく質 29.6 g, 脂質 21.9 g, カルシウム 368 mg, 鉄 3.3 mg, etc.

【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。

【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。

「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。

食育の日・わ食の日

つぶつぶ

「つぶつぶ」とは、長野県松代地区の郷土料理です。里芋やれんこん、ごぼうなどの野菜を、つぶのように小さめに切っていることから、このような名前になったそうです。大豆や鶏肉も入って栄養のバランスもバッチリなので、よくかんで味わって食べましょう。

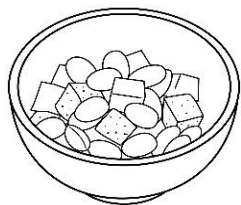


Table with 4 columns: Date, Dish Name, Food Name, Allergens. Rows for 17th and 18th of the month.

Table with 4 columns: Date, Dish Name, Food Name, Allergens. Rows for 21st, 22nd, and 23rd of the month.

Table with 4 columns: Date, Dish Name, Food Name, Allergens. Rows for 24th, 25th, and 28th of the month.

Table with 4 columns: Date, Dish Name, Food Name, Allergens. Rows for 29th, 30th, and 31st of the month.

Table with 4 columns: Date, Dish Name, Food Name, Allergens. Rows for 21st, 24th, and 29th of the month.