

12月の新献立 4日(金) キャベツ入 つくね揚げ 7日(月) 特盛和牛丼 14日(月) ゆで干し大根の炒め煮 17日(木) 大阪玄米ふりかけ 24日(木) ガトーショコラ

7日(月) 特盛和牛丼 8日(火) ☆バーガーパン 9日(水) 八宝菜 10日(木) ドライカレー 11日(金) 菜めし

14日(月) 白ごはん キムチ肉じゃが 15日(火) ☆バーガーパン 16日(水) わかめごはん 17日(木) 白ごはん 18日(金) 白ごはん

21日(月) 冬至 22日(火) 白ごはん 23日(水) 白ごはん 24日(木) ☆デニッシュパン 25日(金) 白ごはん

冬至 冬至に食べるものとして親しまれているのが、かぼちゃです。...

9日(水) 八宝菜 八宝菜は中華料理の一つで、肉や魚介類(海のもの)や色々な野菜など、...

14日(月) ゆで干し大根とは? 切干し大根は、千切りにして天日で乾燥させるのに対して、ゆで干し大根は千切りの大根を一度ゆでてから干して乾燥させたものです。...

17日(木) 大阪産 使用献立 関東煮(泉だこ使用) 小松菜のじゃこ炒め (ちりめんじゃこ使用) 大阪玄米ふりかけ

作ってみよう おすすめ給食レシピ 14日(月) ゆで干し大根の炒め煮 【材料】(4人分) 豚肉 80g (下味用) 酒 少々 濃口醤油 小さじ1

中学生の1人1食あたりの平均栄養摂取量 エネルギー kcal 810 たんぱく質 % 15 脂質 % 27 カルシウム mg 376 鉄 mg 3.5 ビタミン A μgRE 294 B1 mg 0.68 B2 mg 0.58 C mg 40 食物繊維 g 4.9 塩分 g 2.3

☆学校給食の食材料は、保護者からの給食費のみで運営されています。給食費はきちんと入金しましょう。 ☆気象状況などの影響で、一部食材が変更になることがあります。その場合は、学校を通じてお知らせします。