

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. 今月も新献立ができます！お楽しみに！

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) 菜肉炒め. 12日(土) 鶏肉の唐揚げおろしソース. 13日(日) 鶏肉の唐揚げおろしソース. 14日(月) かつおおえ. 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) 豆腐のチャンプル. 19日(土) 豆腐のチャンプル. 20日(日) 豆腐のチャンプル.

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. 26日(土) 白ごはん. 27日(日) 白ごはん. 28日(月) 白ごはん. 29日(火) 白ごはん. 30日(水) 白ごはん.

12月31日(水) 八宝菜. 1月1日(木) ゆで干し大根とは？. 1月17日(木) 大阪産 使用献立. 1月14日(月) ゆで干し大根の炒め煮.

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。かぼちゃは栄養豊富で長期保存がきくことから、冬の栄養補給になり、冬至に食べると風邪や脳血管疾患にならないといわれています。

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、たくさん材料を炒めて作る広東料理の代表的な一品です。

ゆで干し大根とは？. 切干し大根は、干し大根を一度ゆでてから干して乾燥させたものです。一度ゆでるため、切干し大根に比べ水に戻しやすく、柔らかいです。

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. 【給食献立表の見方】 ①献立名は太線・下線入り、その他は使っている食品名と1人分の分量(g)です。 ②のマークの日は、スプーンも持参してください。 ③食品名に☆印があるのは、大東市の6大アレルギー(卵・乳・乳製品・小麦・えび・ナッツ・ごま、ごま油)です。

☆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。