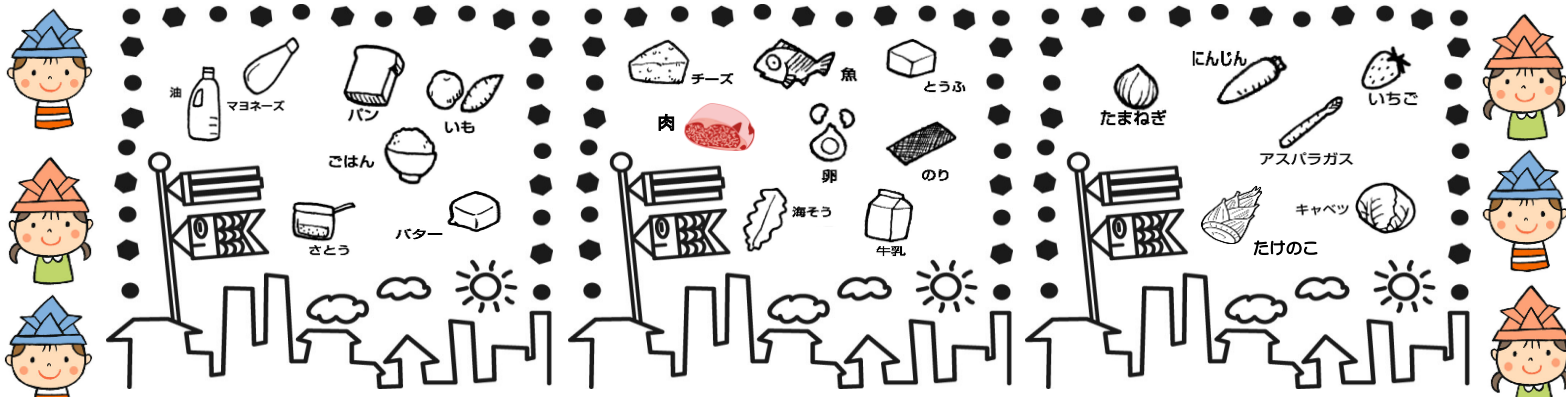


令和5年5月分(Cグループ)

学校給食予定献立表

栄養三色 食べ物にははたらきによって3つのなかに分けられます。

地場産(市・府内産)を使用した献立マーク



きいろ ねつやエネルギーのもとになる

あか からだをつくる

みどり からだのちよしをととのえる

2日(火)はこどもの日献立です

こどもの日に食べる食べ物には、「かしわもち」や「ちまき」などがあります。給食では、こどもの日の献立として「かしわもち」がです。かしわの木は新芽がでるまで古い葉が落ちないことから、子孫繁栄といった願いが込められています。

Table with 12 columns: 区分, エネルギー(kcal), たんぱく質(g), しつ(g), ナトリウム(mg), カルシウム(mg), マグネシウム(mg), 鉄(mg), ビタミンA, B1, B2, C, 食物せんい(g). Rows include 5月東大阪市平均栄養量 and 文部科学省学校給食栄養摂取基準.

加工食品の配合内容については、学校にお知らせしています。ただし、同一工場で製造している他製品の使用原材料については、記載しておりません。

Menu for 1日(月) and 2日(火). Includes items like ごはん, 牛乳, マカロニスープ, フライポテ, ハンバーグ, かしわもち. Includes energy and nutrient breakdown at the bottom.

春が旬の食材

今月の給食でも、旬の食材を取り入れています。春が旬の野菜には、春キャベツやアスパラガス、たけのこなどがあります。さわらは、漢字で「鱮」と書くように、瀬戸内では、春を告げる魚と言われていいます。旬の食材を味わって食べましょう。

ひよこまめのドライカレーのぐ 11日(木) ひよこまめは、ひよこのくちばしのような形をしています。大豆と比べると、ホクホクとした食感が特徴です。

Infographic titled '給食のときはどちらが良いかな???' showing correct and incorrect behaviors in the cafeteria. Correct: sitting at desks, eating quietly, using reusable dishes. Incorrect: talking, running, using disposable dishes.

Menu for 8日(月) and 9日(火). Includes items like ハヤシチュー, コールスローサラダ, コンソメスープ, ひじきとウインナーのソテー, ミルクバター.

Menu for 10日(水). Includes items like すましじる, せんぎりだいこんのいために, ぶたにくのあまからに.

Menu for 11日(木) and 12日(金). Includes items like コーンミルクスープ, ひよこまめのドライカレーのぐ, はるやさいのスパゲティ, ごぼうサラダ.

令和5年5月分(Cグループ)

学校給食予定献立表

Table with columns for dates from 15日(月) to 31日(水) and a final section for きれいに手を洗おう (Washing hands properly). Each date column contains menu items like 'ごはん', '牛乳', '食パン' and their quantities with color-coded indicators (赤, 黄, 緑). The final section includes illustrations of handwashing steps and a small advertisement for 'JAグリーン大阪 農産物直売所'.

©『調理の前及び食事には、十分に手を洗きましょう』 ©東大阪市の学校給食では、肉類・野菜・果物・冷凍野菜等は、全て国産品を使用しています。 ◎『早寝・早起き・朝ごはん』