

えいようさんしょく 栄養三色 食べ物にはたらきによって3つのなかに分けられます。



【ごはんの量について】

夏場の食欲減退期(6~9月)は米の分量を5g減らし、2年生60g、3・4年生70g、5・6年生80gにしています。

6月4日~10日は歯と口の健康週間

歯は一生、使い続けるものです。いつまでも自分の歯で食べ続けられるように、歯の健康を守り、歯を丈夫にする食生活を心がけましょう。

Table with columns for nutrients: エネルギー, たんぱく質, しつ, ナトリウム, カルシウム, マグネシウム, 鉄, ビタミン (A, B1, B2, C), 食物せんい.

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。

Main menu table with columns for dates (3日, 4日, 5日, 6日, 7日, 10日, 11日, 12日, 13日, 14日) and food items with their respective energy and nutrient values.

令和6年6月分(Bグループ)

学校給食予定献立表

Table with 5 columns for dates 17日(月) to 21日(金). Each column lists menu items like すしめし, たまごスープ, ごはん, キムチどんぶり, もずくじる, にしんのかばやきふう, えだまめポタージュ, ペンネナポリタン with their respective quantities and colors.

Table with 5 columns for dates 24日(月) to 28日(金). Each column lists menu items like ハヤシチュー, ごぼうサラダ, トマトのスープ, ほきフライ, すましじる, ごもくまめ, かやくうどん, にらぶた, ベジタスープ, カレーパンのぐ with their respective quantities and colors.

☆6月は食育月間☆
地域の食文化への理解を深めてもらうため、6月の給食では、河内地区に伝わる郷土料理を献立に取り入れています。『生節のおしずし』は祭りや祝い事のときに食べられていた、河内地区の郷土料理です。17日(月)の給食では生節を甘辛く炊いた生節のそぼろが登場します。

～地場産物を給食に～
東大阪市内産の食材
「米」 6日(木) 12日(水) 13日(木)
20日(木) 26日(水) 27日(木)
6月は、市内でとれた「たまねぎ」を一部の学校で使用する予定です。使用日或使用校などの詳細は、学校へ配布する「地産地消だより」やウェブサイトなどでお知らせします。

にら豚 ～大分県の郷土料理～ 27日(木)
<にら豚とは>
にら豚は、大分県で40年以上前から親しまれている郷土料理の一つです。大分県の中華料理店が、近くで働いている人が昼食を食べるために行列をつくっているのを見て、早く調理ができて、食べ応えがあるメニューとして考案したのが始まりです。その後、にらの産地でもある大分県では、様々なアレンジがされた「にら豚」が多くの店で提供され、家庭料理としても親しまれています。

広告
畑のつづき
JA大阪中河内
「安心・安全」な農産物を食卓に!!
JA大阪中河内農産物直売所
東大阪店: 東大阪市日下町2-3-1 【営業時間】 午前10時～午後2時
長瀬店: 東大阪市菱屋西1-20-13 【営業時間】 午前10時～午後2時