

令和8年4月分(Cグループ)

小学校給食予定献立表

えいようさんしよく 栄養三色
食べ物のほたらきによって
3つのなかまに分けられます

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 からだのちょうしをととのえる



ちさんちしよく 地産地消の取り組み

給食では、香川県産の「ヒノヒカリ」という「米」を使用していますが、東大阪市や八尾市などの中河内地区でとれた「ヒノヒカリ」も使用する予定です。

《使用日》 16日(木) 23日(木)

★「地産地消」とは、「地域生産・地域消費」を略した言葉で、地域で生産された食材を、その地域で消費するという意味です。

地場産(市・府内産)を使用した献立マーク

Table with columns for nutrients: 区分, エネルギー, たんぱく質, しつ, ナリウム, 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.

大豆を食べてよう

大豆はたんぱく質が多く含んでおり、「畑の肉」とも呼ばれています。鉄やカルシウムなども豊富に含む栄養価の高い食品です。給食でよく使用する豆腐やみそも大豆から作られています。4月の給食では、大豆を「豚まめそぼろ」と「ポークビーンズ」に使用します。

※1年生の給食は、17日(金)から始まります。配食しやすいように、4月のみ、1年生は全日パンになります。

10日(金)

Menu for 10th (Friday) including items like コッペパン, ハヤシチュー, 牛乳, ごぼうサラダ, キャンディがたチーズ.

13日(月)

14日(火)

15日(水)

16日(木)

17日(金)

Main menu table for days 13-17, listing dishes like ごはん, 牛乳, コッペパン, ツナサンド, ビーンズスープ, ミニマーボー豆腐, ベジタスープ, 肉ボールのあまずあんかけ, スパゲティミートソース, やさいサラダ.

20日(月)

21日(火)

22日(水)

23日(木)

24日(金)

Main menu table for days 20-24, listing dishes like すましじる, けいにくのからあげ, レタスのスープ, ベーコンポテト, クリームスープ, ひじきとウィンナーのソテー, ワンタンスープ, ミンチカツ, キャベツのスープ, ポークビーンズ, フルーツゼリー.

令和8年4月分(Cグループ)

小学校給食予定献立表

Table with columns for dates (27日, 28日) and food items (ごはん, 牛乳, コッペパン, ミートパースト, etc.) with quantities and allergen codes.



ポークビーンズ 24日(金)

- ①豚肉は1cm角の大きさ、ベーコンは0.5cm幅に切る。にんじんは大豆の大きさに合わせたサイコロ型、たまねぎはたざぐ切りにする。
②大豆はやわらかく煮ておく。
③サラダ油で豚肉、ベーコンを炒める。
④たまねぎ、にんじんを加えてさらに炒める。
⑤1人10ccの水と調味料を加え、②を入れて煮る。
⑥パセリを入れて仕上げます。

Table for 30日(木) showing 10g減量ごはん (10g reduced rice) and 牛乳 (milk) with quantities and allergen codes.

Advertisement for JA大阪中河内 まちの駅 畑のつづき 農産物直売所. Includes contact info and social media links.

アレルギー表示 (Allergy Information) section. Includes a table for 目付 (Menu) and 献立名 (Menu Name) with allergen codes, and a detailed explanation of the allergy symbols.

東大阪市小学校給食の食事内容 (School Lunch Content)

学校給食は、栄養バランスのとれた食事をするだけでなく、先生とクラスの子もたちが、同じ場所で、同じ食事をしながら、望ましい食習慣や豊かな人間関係を育てる大切な学習の場でもあります。その食事内容は以下のようになっています。

- アレルギー表示(4品目:卵・乳・えび・いか)について
① 4品目を含む場合は、献立名または使用材料の左側に記載しています。
② アレルギー表示のない食品には、卵・乳・えび・いかは入っていません。
※ちりめんじゃこは、えび等が混入している可能性が高いため、アレルギー表示と同じ欄に△で記載していますので参考にしてください。

ごはん (Rice) 週3回 炊飯業者から購入しています。
【米の使用量】低学年65g、中学年75g、高学年85g
○東大阪市の学校給食では、令和7年度産の香川県産ヒノヒカリを使用しています。
○東大阪市や八尾市などの中河内地区でとれたヒノヒカリも、地産地消の取り組みとして使用することがあります。

パン (Bread) 週2回
当日の朝に焼かれたパンです。
学校給食のパンは、市販の菓子パンのように甘くありませんが、ビタミン類は多く含まれています。
※給食のパンは、卵を使用していません。(脱脂粉乳などの乳製品は使用しています)
○練乳ツイストパンやデニッシュパンなどのお楽しみパンも実施しています。

牛乳 (Milk) 1パック200mL入りです。
学校給食の牛乳は、生乳を加熱殺菌した成分無調整のものです。