



Table with 5 columns (Days 3-7) and 4 rows (Main menu, Side dishes, Desserts, Nutrition). Day 3: 生乳, ご飯, いわしのかば焼き, 粉ふきいも, 野菜の味噌汁, クレープ. Day 4: 生乳, ご飯, ハヤシライス, 野菜サラダ, チキンウインナー, りんごゼリー. Day 5: 生乳, ご飯, 豆腐ハンバーグ, キャベツとツナのスパゲティ, ミネストローネ, ふりかけ. Day 6: ジョア(マスカット), 炊きこみごはん, おでん, きゅうりの甘酢, みかん缶. Day 7: 生乳, ご飯, 中華丼, ポロニアカツ, チンゲン菜のソテー.

Table with 4 columns (Days 10-14) and 4 rows (Main menu, Side dishes, Desserts, Nutrition). Day 10: 生乳, ご飯, (基本献立), (Cグループ), 揚げしゅうまい, キャベツの昆布和え, ミニゼリー. Day 11: 建国記念日. Day 12: 生乳, パン, かぶのシチュー, (基本献立), (Aグループ), キャベツとコーンのソテー, 野菜ゼリー. Day 13: コーヒー生乳, わかめごはん, きざみうどん(麺), カレーコロッケ, きざみうどん(汁・具). Day 14: 生乳, ご飯, 煮込み風ハンバーグ, フライドポテト, 野菜スープ, ガトーショコラ.

* 材料の入荷等により、内容を変更することをご了承ください。

2月 学校給食栄養摂取量

Table with 12 columns: エネルギー, たんぱく質, 脂質, 塩分, カルシウム, 鉄, ビタミンA, ビタミンB1, ビタミンB2, ビタミンC, 食物繊維. Rows: 泉南市平均摂取量, 学校給食摂取基準(中学生).

地産地消

とは?



地元でとれたものを、その土地で食べることを言います。地元でとれたものは、新鮮で、それを食べることは体によいと言われています。大阪府内堺市以南の産地の食材を使用することを地産地消としています。その産地の食材を使用する場合、献立表に太字と下線で記載しています。

青ねぎ
キャベツ
だいこん
ブロッコリー

※給食費についてのお願い
給食費に未納が発生した場合は、食材購入に支障がでて、生徒の食べる給食に大きな影響が出ることになります。給食費は毎月、決められた期日までに納入してください。

(問合せ先)
泉南市教育委員会 学校給食センター
☎ 072-484-1389



Main menu table for days 17-21. Columns: 17, 18, 19, 20, 21. Rows: 生乳, ご飯, 献立 (main dishes), エネルギー (nutrition info).

24, 25, 26(Cグループ対応), 27, 28(Bグループ対応)

Main menu table for days 24-28. Includes a large '振替休日' (Substitution Holiday) box on day 24. Columns: 24, 25, 26, 27, 28. Rows: 生乳, ご飯, 献立, エネルギー.

節分 (豆知識) - Information about the festival and eating beans. Includes a drawing of a bean character.

大豆の栄養パワー (はしを正しく持て使おう!) - Information about soybean nutrition and proper chopstick use. Includes a drawing of chopsticks.

みそ汁に旬の食材を使おう! (春, 夏, 秋, 冬) - Information about seasonal ingredients for miso soup. Includes drawings of various vegetables.