



中学校給食献立表



Main menu table with columns for dates 7, 8, 9, 10, 13, 14, 15, 16, 17. Each column lists food items, their colors, and nutritional information.

柏餅



どうして、柏の葉が使われているのでしょうか。

柏の葉は、冬になっても落葉せず、新芽が出るまで古い葉は落ちない。そのことから、子孫繁栄、家系が絶えず代々栄えるという願いを込めて、5月5日の端午の節句に、縁起の良い食べ物として食べられるようになった。

食物アレルギー どんな症状が出るの？

修学旅行



の前に知っておこう！

食物アレルギーのこと

食物アレルギーがある人もない人も食物アレルギーについて知り、みんなで協力して気をつけましょう。

皮膚症状



赤み、じんましん、はれ、かゆみ、湿しんなど

粘膜症状



白目の充血・はれ、かゆみ、鼻水、口の中のかゆみなど

呼吸器症状



のどの違和感・かゆみ・締めつけられる感じなど

消化器症状



気持ちが悪くなる、おう吐、腹痛、下痢、血便など

☆班行動の時に気をつけましょう

食物アレルギーの症状が出ないように気をつけていても思わぬところで発症してしまう可能性があります。班行動中の昼食時間や土産物店での試食などでは、原因となる食べ物が入っていないかをきちんと確認しましょう。

そのほか、頭痛、元気がない、ぐったりする、不機嫌などの神経症状や、脈が速い、手足が冷たい、顔色・唇やつめが白いなどの循環器症状もあります。

アレルゲン（アレルギーを引き起こす物質）によって複数の臓器に全身性の症状があらわれ、生命に危機を与える可能性がある過敏反応のことをアナフィラキシーといい、血圧低下や意識障害をとともう場合をアナフィラキシーショックといいます。



中学校給食献立表



Main menu table with columns for dates 20, 21, 22, 23, 24, 27, 28, 29, 30, 31. Each column lists meals like 'カレーライス', 'ピザ', 'ハンバーグ' and their ingredients with color-coded labels (赤, 黄, 緑). Includes a nutrition table at the bottom of each column.

5月 学校給食栄養摂取量

Nutrition intake table with columns for Energy (kcal), Protein (g), Fat (g), Salt (g), Calcium (mg), Iron (mg), Vitamin A, B1, B2, C, and Fiber (g). Compares 'City Average' and 'School Standard'.

Section titled 'ごみを減らす工夫をしましょう' (Let's think of ways to reduce waste). Includes text about recycling and illustrations of a house, a boy, and a girl.

Section titled 'もったいない精神を大切に!' (Treasure the 'mottainai' spirit!). Includes text about the 'mottainai' award and a globe illustration.

Section titled '地産地消とは?' (What is local production and local consumption?). Includes text about using local ingredients and a globe illustration.

Section titled '玉ねぎ 青ねぎ' (Onions, Green onions). Includes illustrations of onions and green onions.

Section titled 'きょうだい献立' (Sister/Brother menu). Includes text about the menu being shared between middle and elementary schools.

Contact information for '泉南市教育委員会 学校給食センター' (Izumi City Education Commission School Lunch Center) with phone number 072-484-1389.