



Main menu table with columns for date, allergen info, dish name, ingredients, and energy values.

※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。



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、体によいと言われています。大阪府堺市以南の産地のものを地産地消として取り扱い、使用予定の場合、献立表に太字で記載しています。

きょうだいこんだて 小学校と中学校で同じメニューがある日に、右記のマークをつけています。(食材等は変わる場合があります)

学校給食センター 072-484-1389



Main menu table with columns for date, allergen info, name, ingredients, and energy values.

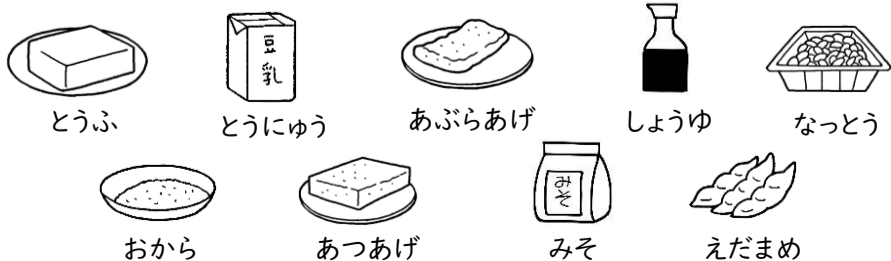
10 月 学校 給食 栄養 摂取量

Table showing nutritional intake for October, including energy, protein, fat, salt, calcium, iron, vitamins, and fiber.

(※) 学校給食法に定められている児童1人1回あたりに必要な栄養量の基準 (全国的な平均値)

10月の給食目標「大豆からできた食べものを知ろう」

大豆は、しょうゆ、みそ、豆腐、納豆などの原料として利用されていて、和食に欠かせない食品です。すがたをかえた大豆が、10月の給食にたくさん登場します！探してみてください♪



給食は、みなさんにとって必要な栄養がとれるように、献立が決められています。毎日元気に過ごすために、好き嫌いせず、しっかり食べるようにしましょう。

全国の郷土料理・ご当地メニュー紹介

10月12日(木)「長崎皿うどん」

長崎県

「長崎皿うどん」は、長崎県の郷土料理で、油で揚げたパリパリの麺に、野菜や豚肉のはいったとろみのある、あんをかけた料理です。給食では、個包装された麺を提供します。大おかずのあんに少しづつ崩して入れて、食べてください。

