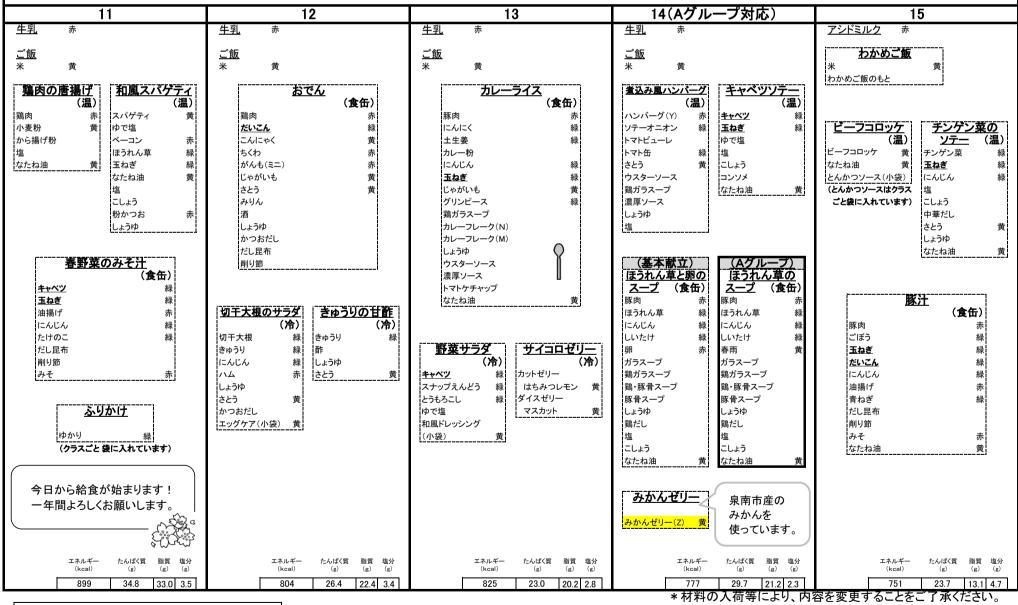


- ☆ 給食は、毎日、牛乳がつきます。アレルギー等で牛乳が飲めない場合はお茶に変更しています。
- ☆ 温かい副食・冷たい副食・食缶のうち2種類を組み合わせた献立になります。
- ☆ 月に二回程度、主食としてパンを提供します。(卵・乳不使用)
- ☆ スプーンのいる日は献立表にスプーンの絵を載せていますので、献立表を確認し、各自持ってきてください。





中学校給食のごはんやおかずは、ランチボックスに1人分ずつ盛りつけられています。片づけの時に、牛乳のストロー、ドレッシングの空袋等をランチボックスに入れると、洗浄機の故障につながります。給食で出たゴミは、ランチボックスに入れないで、クラスごとビニール袋にまとめて配膳室に返すようにしてください。



4月 学校給食栄養摂取量

	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
	kcal	(エネルギーの13%~20%)	(エネルギーの20%~30%)	g	mg	mg	(レチノール当量) μ g	mg	mg	mg	g
泉南市平均摂取量	838	30	24	3.1	317	4.3	193	0.76	0.53	30	4.4
学校給食摂取基準 (中学生)	830	27~41	18~27	2.5未満	450	4.5	300	0.50	0.60	35	7以上



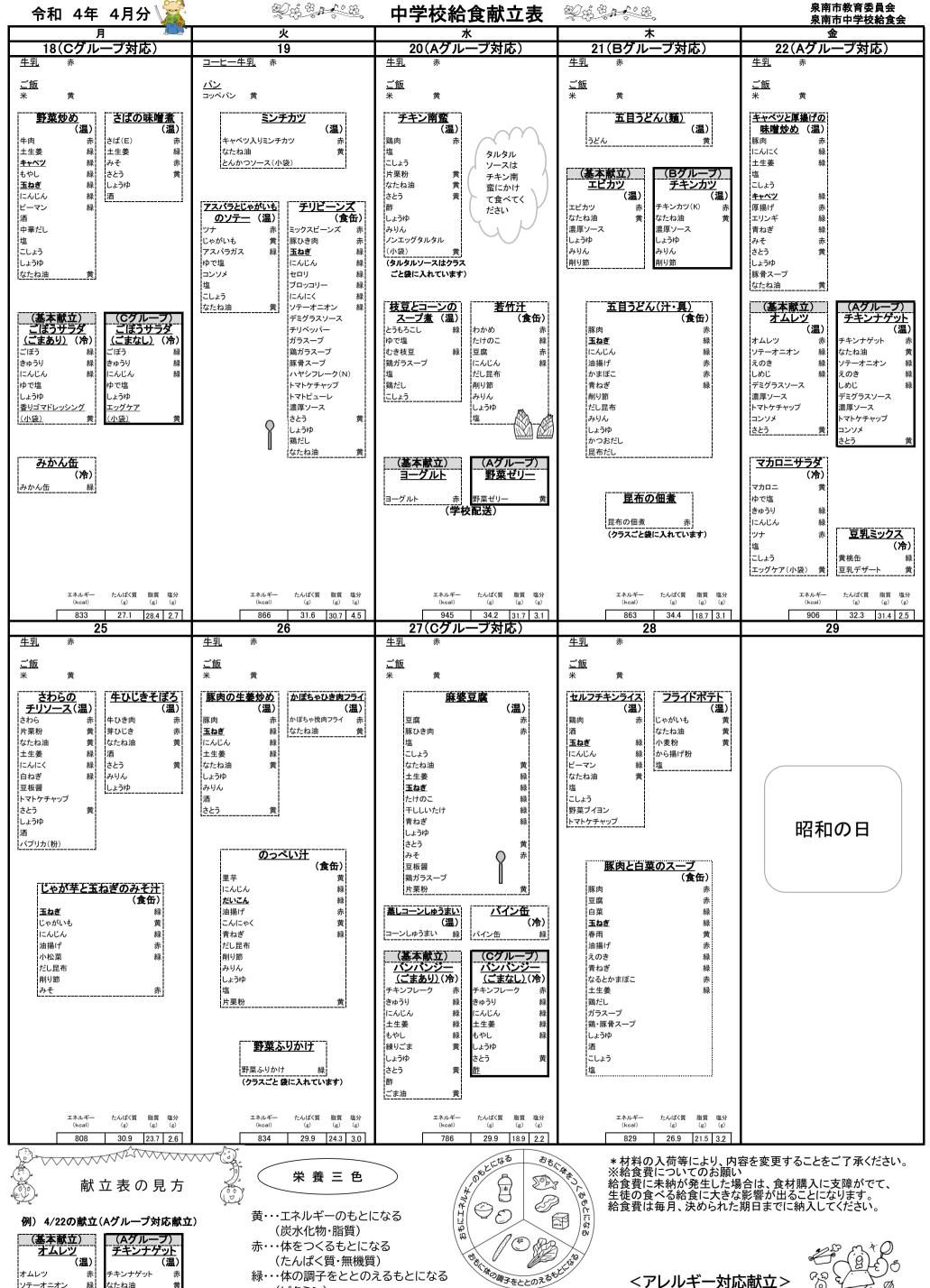


地元でとれたものを、その土地で食べることを言います。 地元でとれたものは、新鮮で、それを食べることは体によいと 言われています。

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<u>太字と下線</u>で記載しています。

キャベツ だいこん 玉ねぎ

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



ソテーオニオン 緑 なたね油 ソテーオニオン えのき しめじ えのき デミグラスソース しめじ 濃厚ソース デミグラスソース トマトケチャップ 濃厚ソース コンソメ トマトケチャップ

さとう

コンソメ

緑・・・体の調子をととのえるもとになる (ビタミン)

アレルギー対応献立がある日は、基本献立は(基本献立)、アレルギー 対応献立は(Aグループ)・(Bグループ)・(Cグループ)と横並びに載せ ています。他の献立は基本献立もアレルギー対応献立も同じです。

<アレルギー対応献立>



- Aグループ・・・「卵・乳」を使用していません。
- Bグループ・・・「えび・かに」を使用していません。
- Cグループ・・・「ごま・カシューナッツ」を使用していません。