

2月に実施する給食の予約締め切り

○マークシート：1月9日(木)～1月15日(水)

※マークシートの予約期間が短いのでご注意ください。

○インターネット：

2月 3日～14日の給食は 1月20日(月)まで

2月17日～28日の給食は 2月 5日(水)まで

※予約の開始は1月1日(水)からです。

給食の実施日は学校によって異なります。行事予定表等でご確認ください。

おはしやスプーンを忘れずにお持ちください。このマークがある日は、スプーンがあると食べやすいです。

2月の献立より

3日「節分献立」

昔の人は、病気や災害など悪いことは鬼がもたらすと信じていました。そこで節分に鬼がこないように、ひいらぎにさしたいわしを飾ったり、豆まきをしたりしました。現在でも節分にはいわしや福豆を食べる習慣が残っています。

《3年生の方へ お知らせ》

●給食最終日について

給食費残金の返金手続き・処理が必要なため、3年生の給食は2月21日(金)で終了です。13日(木)は「卒業お祝い献立」です。

●卒業時の給食費残金の返金手続きについて

卒業時に残金がある場合、「残金通知書(兼返金請求書)」を3月上旬頃に学校を通じて配付します。「残金通知書(兼返金請求書)」の内容をご確認いただき、必要事項を記入し、学校へ提出してください。ご記入いただいた振込口座に、3月下旬頃返金予定です。

●給食費のコンビニ振込について

給食費残金の返金手続き・処理をするにあたり、2月5日(予約締切最終日)以降に給食費のコンビニ振込を行わないようご注意ください。

第58回学校給食大会展示会のご案内

日時：令和2年1月27日(月)～31日(金)

9:00～17:15(31日は16:00まで)

場所：市役所1階 市民ロビー

八尾市の学校給食について展示紹介をします。多数のご来場をお待ちしています。





Main menu table with columns for days of the week (月, 火, 水, 木, 金) and specific menu items like 'いわしの蒲焼き風', '野菜たっぷり塩焼きそば', etc. Includes energy and nutrient values at the bottom of each column.

◎やむをえない事情により、献立を変更することがありますのでご了承ください。

※牛乳200mlとごはん220gが毎日つきます。

月	火	水	木	金
17日「卵ふわっと親子煮」	18日「大根も中華に変身」	19日「みんなに人気！ミートスパゲティ」	20日「バジルが香る白身魚フライ」	21日「カレー粉を効かせたスパイシーチキン」
親子煮 豚肉とさつまいもの塩昆布炒め 液卵 45 豚肉 15 鶏肉 40 料理酒 0.5 玉ねぎ 50 塩 0.1 人参 20 ごしょう 0.01 青ねぎ 5 さつまいも 2 しいたけ(乾) 0.5 塩昆布 2 うすくちしょうゆ 3 米油 0.3 こいくちしょうゆ 2.5 砂糖 1.2 みりん 0.7 でん粉 1.5 削り節 2 だし汁 30 	マーボー大根 豚ひき肉 25 春巻き 1個 大豆ミンチ 3 米油 3 大根 65 玉ねぎ 40 人参 15 たけのこ水煮 10 青ねぎ 5 じゃがいもの炒め物 土しろうが 0.5 にんにく 0.2 こいくちしょうゆ 3.5 焼き豚 7 赤みそ 2.5 セロリー 3 デンメンジャン 2.5 うすくちしょうゆ 0.8 料理酒 1 塩 0.1 鶏がらスープ 1.5 ごしょう 0.01 トウバンジャン 0.3 米油 0.3 塩 0.1 でん粉 1.8 水 20 ごま油 0.3 米油 0.5 ごぼうサラダ ごぼう 30 人参 6 ごまドレッシング 1袋 砂糖 3.5 こいくちしょうゆ 0.3 酢 0.1 水 1.5 	ミートスパゲティ スパゲティ 1個 牛ひき肉 20 豚ひき肉 10 ナツメグ粉 0.03 赤ワイン 1 玉ねぎ 40 人参 10 エリンギ 5 ケチャップ 12 トマトピューレ 10 ウスターソース 1.5 小麦粉 0.3 塩 0.3 ごしょう 0.01 米油 0.5 粉チーズ 2 パセリ(乾) 0.01 スイートパンキ かぼちゃ 40 米油 2 砂糖 3.5 こいくちしょうゆ 0.3 酢 0.1 水 1.5 ※ごはんはありません！	白身魚の香草フライ 白身魚香草フライ 1個 鶏肉 20 大根 7 ほんしめじ 20 人参 20 うすくちしょうゆ 10 チキンブイヨン 10 パーコン 10 塩 0.1 うすくちしょうゆ 0.5 水 0.1 ごしょう 0.01 米油 0.2 チンゲンサイと卵のソテー チンゲンサイ 40 ヨーグルト 1個 鶏糸卵 7 うすくちしょうゆ 0.8 塩 0.1 こしょう 0.01 米油 0.3 ヨーグルト チンゲンサイ 40 ヨーグルト 1個 鶏糸卵 7 うすくちしょうゆ 0.8 塩 0.1 こしょう 0.01 米油 0.3	スパイシーチキン 鶏肉 75 にんにく 35 プレヨーグルト 15 こいくちしょうゆ 2 砂糖 5 カレー粉 0.2 塩 0.3 ごしょう 0.01 小松菜 30 オイルツナ 8 こいくちしょうゆ 0.5 塩 0.1 こしょう 0.01 ウイナーとピーマンのソテー ウイナー 10 ピーマン 10 人参 10 玉ねぎ 30 うすくちしょうゆ 1 塩 0.1 こしょう 0.01 米油 0.1 水 150 キヤラメルポテト さつまいも 40 米油 3 バター 1.5 砂糖 1.5 水 1.5 オニオンスープ リード(木) 10 玉ねぎ 10 人参 10 パセリ(乾) 0.01 チキンブイヨン 10 うすくちしょうゆ 4 塩 0.35 こしょう 0.01 米油 0.1 水 150
エネルギー(kcal) 816	エネルギー(kcal) 793	エネルギー(kcal) 806	エネルギー(kcal) 832	エネルギー(kcal) 853
たんぱく質(g) 32.5	たんぱく質(g) 24.8	たんぱく質(g) 31.1	たんぱく質(g) 29.5	たんぱく質(g) 31.5
脂質(g) 23.0	脂質(g) 22.9	脂質(g) 30.9	脂質(g) 27.9	脂質(g) 28.3

24日 振替休日	25日「てりやきソースのハンバーグ」	26日「塩こうじの力」	27日「和食の定番！肉じゃが」	28日「さばの脂は栄養満点」
振替休日  <p>2月19日 振替休日</p> <p>中学校給食に コッペパンが初登場！！</p> <p>ごはんの代わりにコッペパンがつかます。 肉とトマトのうまみたっぷりの「ミートスパゲティ」とオレンジジュースを使った甘酢っぱいソースをかけた「オレンジチキン」はコッペパンと相性抜群です。</p> 	てりやきハンバーグ 添え野菜 ハンバーグ 1個 米油 0.2 こいくちしょうゆ 2 砂糖 1.3 みりん 1 でん粉 0.3 水 4 キャベツ 40 人参 5 塩 0.1 ごしょう 0.01 米油 0.3 ポークビーンズ 大豆水煮 10 豚肉 10 玉ねぎ 15 人参 10 トマト水煮 6 ケチャップ 6 デミグラスソース 4 鶏がらスープ 0.5 白ワイン 0.5 小麦粉 0.5 砂糖 0.2 塩 0.1 ごしょう 0.01 ローリエ 0.01 米油 0.3 水 20 ポテトサラダ ホールコーン 30 玉ねぎ 10 バター 0.3 塩 0.15 ごしょう 0.02 米油 0.2 人参 5 むき枝豆 5 うすくちしょうゆ 0.5 塩 0.1 ごしょう 0.01 米油 0.3 マヨネーズ 1袋 	鶏肉の塩こうじから揚げ ブロccoli 鶏肉 75 塩こうじ 6 でん粉 8 うすくちしょうゆ 7 ブロccoli 30 みりん 1 削り節 0.5 だし汁 30 金平ごぼう ごぼう 20 人参 10 こいくちしょうゆ 2 酢 1 みりん 1.5 砂糖 0.5 削り節 0.2 トウバンジャン 10 だし汁 0.3 きゅうりのピリ辛漬け きゅうり 50 こいくちしょうゆ 3.5 酢 1.5 みりん 1.5 エリンギ 0.1 白すりごま 1 うすくちしょうゆ 1 みりん 1	肉じゃが 牛肉 40 じゃがいも 70 玉ねぎ 40 人参 20 つきこんにやく 20 こいくちしょうゆ 5.5 砂糖 2.6 水 1 みりん 0.5 削り節 0.5 だし汁 20 米油 0.5 いんげんとうろこ さやいんげん 20 エリンギ 15 白すりごま 1 うすくちしょうゆ 2.4 みりん 2.5 うすくちしょうゆ 1.6 砂糖 0.2 ごま油 0.2 春雨の和え物 マロニー 10 チンゲンサイ 15 人参 5 こいくちしょうゆ 2.5 砂糖 1.6 削り節 0.2 だし汁 160	さばの塩焼き さば切身 45 米油 0.5 れんこん水煮 2 人参 1 粉かつお 1.5 こいくちしょうゆ 0.5 砂糖 1.8 みりん 0.5 水 10 小松菜と鶏肉の炒め物 小松菜 40 鶏肉 20 ホールコーン 7 こいくちしょうゆ 1.5 塩 0.1 ごしょう 0.01 米油 0.3 切り干し大根の煮物 切り干し大根 4.5 人参 5 さつまいも 8 こいくちしょうゆ 2.5 砂糖 1 うすくちしょうゆ 0.2 みりん 10 塩 0.2 だし汁 160 すまし汁 白玉ふ 1 わかめ(乾) 0.5 えのきたけ 7 削り節 2 だし昆布 0.5 うすくちしょうゆ 4 みりん 0.5 塩 0.2 だし汁 160
エネルギー(kcal)	エネルギー(kcal) 833	エネルギー(kcal) 867	エネルギー(kcal) 839	エネルギー(kcal) 818
たんぱく質(g)	たんぱく質(g) 26.7	たんぱく質(g) 32.6	たんぱく質(g) 31.2	たんぱく質(g) 31.3
脂質(g)	脂質(g) 24.6	脂質(g) 29.7	脂質(g) 21.5	脂質(g) 28.6

※太枠は2月5日までインターネットによる予約が可能です。

アレルギー物質を含む食品の一覧

醤油には大豆・小麦、削り節にはさばが含まれています。調味料・だし等に少量含まれている場合も表示していますので、献立表の使用食材の内容をご確認ください。加工食品等の原材料について詳細を希望される方は、教育委員会にお問い合わせください。また、調理場では別の調理等も行っているため、日付に該当しているアレルギー物質以外にもコンタミネーション(微量混入)の可能性あります。

日付	特定原材料					特定原材料に準ずるもの											
	卵	乳	小麦	えび	かに	いか	オレンジ	牛肉	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	りんご	ゼラチン	しほ	カシューナッツ
3日(月)			○							○	○	○	○	○			
4日(火)			○							○	○	○	○	○			
5日(水)	○		○							○	○	○	○	○			
6日(木)		○	○				○			○	○	○	○	○			
7日(金)		○	○							○	○	○	○	○			
10日(月)			○							○	○	○	○	○			
12日(水)			○							○	○	○	○	○			
13日(木)		○	○		○					○	○	○	○	○			○
14日(金)			○							○	○	○	○	○			
17日(月)	○		○							○	○	○	○	○			
18日(火)			○							○	○	○	○	○			
19日(水)		○	○							○	○	○	○	○			
20日(木)	○	○	○							○	○	○	○	○			
21日(金)		○	○							○	○	○	○	○			
25日(火)	○	○	○							○	○	○	○	○			
26日(水)			○							○	○	○	○	○			
27日(木)			○							○	○	○	○	○			
28日(金)			○							○	○	○	○	○			

※飲用生乳は除く

	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	カルシウム	マグネシウム	鉄	ビタミン				食物繊維
								A	B1	B2	C	
当月平均	836kcal	30.4g *14.5%	26.3g *28.3%	2.54g	391mg	118mg	3.7mg	310μgRAE	0.42mg	0.59mg	36mg	4.8g
学校給食摂取基準	830kcal	摂取エネルギーの13~20%	摂取エネルギーの20~30%	2.5g未満	450mg	120mg	4.0mg	300μgRAE	0.50mg	0.60mg	30mg	6.5g

●●●食育推進講演会のお知らせ●●●

●日時：令和2年2月27日(木) 14時30分~16時50分
(受付は14時10分より)

●会場：プリズムホール4階研修室

●講演：食べることは、生きること
食育は生きる力を育むこと
~地域で育てる未来を担う子ども~
帝塚山大学 名誉教授 河合 洋見 氏

●定員：80名。申し込み必要。

●詳細：「八尾スクール食育ネット・イベント情報」
URL: <http://yao-kyouikusyokuiku.net/> をご覧ください。
こちらからも申し込み受け付けます。

●申し込み・問い合わせ先：
八尾市教育委員会 学務給食課
TEL:072-924-9373

八尾スクール食育ネット!
~「食」を知り、「食」を楽しもう!!~

●予約方法や予約内容の確認、給食費の残高照会
ID・パスワードについてのお問い合わせ先
八尾市中学校給食コールセンター(ビジネスラリアート株式会社)
075-925-7881

●献立や給食の内容についてのお問い合わせ先
八尾市教育委員会 学務給食課
072-924-9373

コチラから
簡単アクセス

