

3月 中学校給食予定献立表

Table for 4th grade (行事食「ひな祭り」) showing menu items like ちらしずし, 減量ごはん, 米粉パン, and カレーライス with their respective ingredients and quantities.

Table for 8th grade (行事食「ひな祭り」) showing menu items like ごはん, ハヤシライス, 減量ごはん, わかめごはん, and 中華サラダ.

Table for 15th grade (食育の日の献立) showing menu items like ごはん, 揚げ物, 豚汁, and 小松菜の肉炒め.

1月24日～30日の全国学校給食週で提供した献立のレシピを各市町のホームページに掲載しています。下記QRコードより各ページに飛ぶことができます。



広陵町 ホームページ



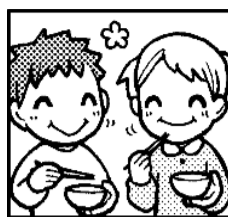
香芝市 ホームページ



給食を通して学んだことを振り返ろう



①食事は、人間が生きていく上で欠かすことのできない大切なものであることがわかりましたか？



④給食は生産者や調理員、栄養士など多くの人々によって支えられていることを知ることができましたか？



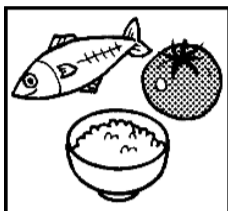
②食べる前に石けんを使いしっかり手洗いを行うなど、衛生に気をつけることができましたか？



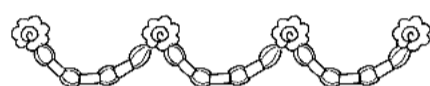
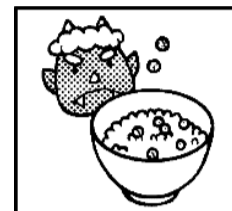
⑤配膳や盛り付けを丁寧に行う、食事のマナーに気を付けてるなど、相手を思いやり、楽しく食事をすることができましたか？



③学校給食にはいろんな食品が使われていることを知り、食品や料理の名前がわかりましたか？



⑥自分たちの住む地域に昔から伝わる料理や行事食などの食文化を知ることができましたか？



卒業お祝いデザート



中学校3年生のみなさんは、もうすぐ卒業です。

心身ともに健康な大人になるために、これからは、「自分の健康は自分自身で管理する」という意識をもって、給食で学んだことを生かしてください。

3年生の給食最終日には卒業お祝いデザートが付きます。お楽しみに!!

●は、奈良県内で栽培されたものまたは、奈良県内で製造加工されたもので

☆献立は都合により変更になることがあります。



「アレルギー」項目

特定義務表示7品目ならびに推奨義務表示21品目をすべて記載しています。(下図参照)

特定義務表示7品目及び推奨義務表示21品目の略字表記					
卵	卵	ら	いくら	豚	豚肉
乳	乳	れ	オレンジ	マ	まつたけ
麦	小麦	か	カシューナッツ	桃	もも
蕎	そば	牛	牛肉	芋	やまいも
ビ	落花生	く	くるみ	り	りんご
比	えび	鮭	さけ	じ	ごま
蟹	かに	鯖	さば	ゼ	ゼラチン
鮑	あわび	豆	大豆	パ	バナナ
効	いか	鶏	鶏肉	キ	キウイフルーツ
ア	アーモンド				

献立表について

献立ごとに、材料・分量・食品群別・アレルギーについて記載しております。また、各日のエネルギー量・たんぱく質の量を示しています。

広陵町及び香芝市教育委員会のホームページにおいて、冷凍加工食品等の原材料・アレルギーの分かる資料を公開しています。(QRコードより各ページに飛ぶことができます。)

広陵町イメージキャラクター
かぐやちゃん



広陵町
教育委員会HP

香芝市イメージキャラクター
カッシー



香芝市
教育委員会HP



6つの基礎食品群

1群の食品	2群の食品	3群の食品	4群の食品	5群の食品	6群の食品
肉・魚・卵	牛乳・乳製品	緑黄色野菜	その他の野菜	米・パン・めん	油脂
豆・豆製品	小魚・海藻		果物	いも・砂糖	

3月 平均栄養量

エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	マグネシウム mg	鉄 mg	ビタミンA μgRE	ビタミンB1 mg	ビタミンB2 mg	ビタミンC mg	食物繊維 g
810	32.0	24.6	383	134	4.0	284	0.76	0.64	27	6

