

学校給食だより

2023年5月 摂津市学校給食会

栄養三色 ● 赤色の食品 血や肉、骨をつくる

肉、魚、卵、豆、乳、海藻類

● 緑色の食品 体の体調をととのえる

緑黄色野菜、淡色野菜、果実類

● 黄色の食品 熱や力のもとになる

穀類、いも類、砂とう類、油脂類



献立表				栄養三色(赤・緑・黄)食品名・可食量(g)										
1日 八月 V	しろごはん ぎゅうにゅう(にゅう) ★もずくとたまごの すましじる(たまご) しろみぎかなの だいこんおろしあけ かしわもち	黄 赤 												

かしわ餅やうすいえんどうの豆ごはんなど5月らしい献立が盛りだくさんです。

また、22日の削り節のふりかけは出しがらを再利用して、調理員さんが手作りしてくれます。

※令和4年度より、
・卵（鶏卵・うずら卵）、乳（乳・乳製品）について、献立
名にアレルギー表示をします。
・卵不使用のマヨネーズとドレッシングを使用します。

★は大食器に入れます。