

Table with 3 columns: Date, Dish Name, Food Name, Allergen. Includes dishes like コッペパン, ミートソースペンネ, コロッケ, フルーツミックスナタデココ.

Table with 3 columns: Date, Dish Name, Food Name, Allergen. Includes dishes like しろみぎかなフライ, ポテトサラダ, パックマヨネーズ, レタスのスープ.

Table with 3 columns: Date, Dish Name, Food Name, Allergen. Includes dishes like とびうおのてんぷら, ひじきとツナのいためもの, じゃがいものみそしる.

Table with 3 columns: Date, Dish Name, Food Name, Allergen. Includes dishes like ハヤシライス, かいそうサラダ, パックしそドレッシング, ヨーグルト.

【食品に関するアレルギーについて】

予定献立表には、毎日の献立名・食品名・食品に関するアレルギーを表示します。アレルギーに関しては、特定原材料（7品目）および特定原材料に準ずるもの（20品目）を記載します。

【アレルギー表示対象品目】

Table with 2 columns: Category, Items. Categories include 表示義務づけ特定原材料 (7品目) and 特定原材料に準ずるもの (20品目).

○食品に関しては、献立名が同じであっても月により使用する製品のメーカーが異なる場合があります。また、同月であっても小学校と中学校で使用する製品が異なる場合があります。

献立アプリ for IKOMA が公開されました。 (外部リンク) QR code and app icon.

今月の平均栄養量

Table with 10 columns: Energy (kcal), Protein (g), Fat (g), Calcium (mg), Iron (mg), Vitamin B1 (mg), Vitamin B2 (mg), Vitamin C (mg), etc.

【献立にのせるマークについて】

- 地場産物 (奈良県・生駒市でとれたもの) を使っています。
カミカミ献立 (よくかんで食べましょう)
給食センター返却用のゴミ袋がつかます。
はしの日です。

【3つのグループの栄養】

- 赤...おもに体を作るものになるもの
緑...おもに体の調子をととのえるもの
黄...おもにエネルギーのもとになるもの

毎月19日は「食育の日・わ食の日」です。生駒市では、毎月19日頃の給食の献立において以下の取り組みをします。
①地場産物(奈良県産や生駒市産)の活用
②郷土料理や世界の料理、行事食の提供
③★ラッキーにんじん

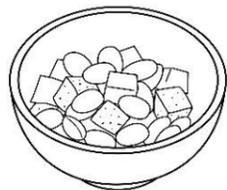
「わ食の日」の「わ食」とは、和やかな食事、輪になった楽しい食事、身体にO(マル)な食事、和食などのことを意味します。

食育の日・わ食の日

つぶつぶ

「つぶつぶ」とは、長野県松代地区の郷土料理です。里芋やれんこん、ごぼうなどの野菜を、つぶのように小さめに切っていることから、このような名前になったそうです。

大豆や鶏肉も入って栄養のバランスもバッチリなので、よくかんで味わって食べましょう。



Main table with 12 columns: Date, Dish Name, Food Name, Allergens, Date, Dish Name, Food Name, Allergens, Date, Dish Name, Food Name, Allergens. It lists daily menu items from May 17 to May 31, including dishes like 'Coppaban', 'Tonkatsu', 'Gohan', 'Sashimi', 'Chiken', etc., with corresponding allergen information.