

Table with columns: 日曜 (Day/Week), 献立 (Menu), 主な材料とそのはたらき (Main ingredients and their functions), and エネルギー (Kcal) たんぱく質 (g) 脂質 (g) 塩分 (g) (Energy, Protein, Fat, Salt). Rows include items like 野菜とひじきのピリ辛炒め丼, セルフサンド, ご飯 キムチ鍋風スープ, etc.

・笑顔のある食卓で心とからだの栄養補給、毎月19日は「食育の日」です。
・魚には骨があります。注意して食べましょう。
・給食はよくかんで食べましょう。
・食器は大切に使いましょう。
◎都合により献立内容を一部変更することがありますのでご了承ください。
◎日付に○マークのある日は、忘れないで清潔な「はし」を持ってきてください。
◎基準値は、文部科学省から出ている「学校給食摂取基準」をもとにしています。

大切なお知らせとお願い
○献立表のおもな材料は、食物アレルギーのための食品表記ではありません。
食物アレルギーのある方は必ず「食品材料一覧表」でご確認ください。
必要な方は、担任教諭に申し出てください。市ホームページにも掲載しています。
○食品製造工場、及び給食センターでは、献立以外の食材の調理をする場合もあり、調理工程（揚げ油、ゆで汁、調理器具等）から食物アレルギーの原因となる食材が混入する（コンタミネーション）可能性があります。
○給食センターでは以下の食品は使用しません。
ピーナッツ（落花生）、アーモンド、カシューナッツ、くるみ、けし、まつ、ピスタチオ、ブラジルナッツ、ヘーゼルナッツ、ペカンナッツ、マカダミアナッツ、そばです。なお、以上の食品をはじめ、給食センターで使用すべての食品においては、コンタミネーションの可能性がります。
○給食センターでは、鶏卵をはじめとした加熱調理する食材は85℃以上の加熱を行っておりますが、マヨネーズなどの調味料類、既製品のデザート類は衛生面の殺菌加熱であり、アレルギーの面における完全加熱を行っていない製品もあります。
○海産物は、捕獲・採取の際に他の海産物が混入する可能性があります。
○揚げ油は、数回続けて使用しています。
○学校給食衛生管理基準に基づき、学校給食は持ち帰らないでください。

10日(木) 目の愛護デー
10月10日は目の愛護デーです。10を横に倒すと、目とまゆの形に見えることから制定されました。この日の給食は、ブロッコリーやにんじん、小松菜、ブルーベリーなど目に良いとされる食材を使った献立です。日頃、目が疲れることはありませんか？目の健康について考えてみましょう。