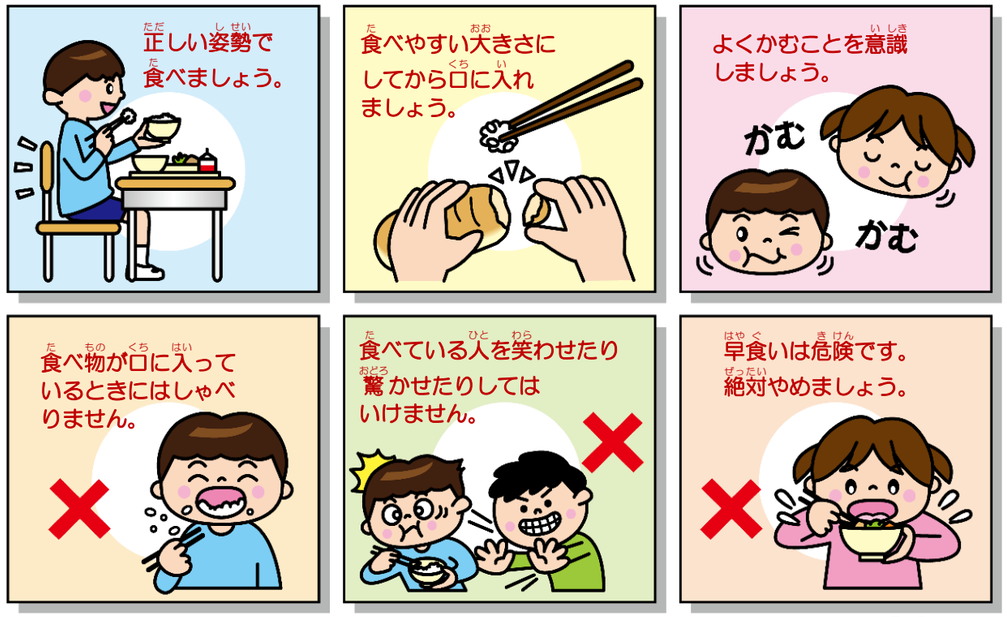
6月 給食だより

令和6年 6月
池田市立学校給食センター

安全においしく給食を食べるために

みなさんは、ふだん食べ物をゆっくりよくかんで食べていますか？
よくかまずに飲みこんでしまうと、のどにつまってしまうので危険です。
よくかむことで、むし歯のない健康な歯を保つこともできます。
４日～10日は「**歯と口の健康週間**」です。
この機会に**よくかんで食べること**を意識し、習慣にしましょう。

6/4～6/10 歯と口の健康週間



食べるときに注意が必要な食品

★歯の生えかわりでよくかめない人は、箸やスプーンで小さくする、
パンは一口大にちぎる、口に詰めこみ過ぎないなど、
特に気をつけて食べましょう。

4日～10日は「歯と口の健康週間」にちなんで、
よくかんで食べる食べ物、カルシウムが多い食べ物が登場します！

＜学校給食用半製品の材料＞

保存料は使用していません

3日(月)		3日(月)	4日(火)	5日(水)	5日(水)		6日(木)		6日(木)	7日(金)・26日(水)
ピーマンの肉詰めフライ(50g)		あさり水煮	いか磯辺揚げ(40g)	フランクフルトソーセージB(40g)	チョコレートスプレッド(15g)(乳含む)		鶏つくね		ポークカツ(40g)	厚揚げ
ピーマン 鶏ミンチ肉 豚ミンチ肉 玉ねぎ パン粉(小麦) 植物たん白(大豆) 小麦粉 食塩 魚醤 コショウ 生姜	酵母エキス コーンスターチ 〔衣〕 パン粉(小麦) 澱粉加工品 砂糖 食塩 植物性タンパク(小麦) コショウ 酵母エキス 加工澱粉 増粘多糖類	あさり貝		豚肉 砂糖 食塩 香辛料	食用油脂(大豆) 植物油脂(大豆) 加工油脂 砂糖 大豆粉(大豆) ココアパウダー ぶどう糖 脱脂粉乳(乳)	食塩 炭酸カルシウム 植物レシチン(大豆) 香料 バニラフレーバー チョコレートフレーバー	鶏肉 〔つなぎ〕 でん粉 パン粉(小麦) 粉末状植物性たん白(小麦・大豆) 玉ねぎ 粒状大豆たん白(大豆)	砂糖 ドロマイト(炭酸カルシウム マグネシウム含有物) 発酵調味料 食塩 酵母エキス 鉄含有酵母 香辛料	豚肉(ロース) パン粉 (小麦 大豆) バターミックス(大豆) 大豆蛋白(大豆) 食塩	大豆 食塩 揚げ油(植物油) 加工デンプン 凝固剤(塩化Mg) (一部に大豆を含む)
		4日(火) 厚揚げ(小)								7日(金)
		豆乳(大豆) でん粉 ぶどう糖 揚げ油(植物油脂) トレハロース 豆腐用凝固剤							かみかみするめ	たこ
									するめいか	真だこ 食塩

7日(金)	11日(火)	12日(水)	13日(木)		13日(木)	13日(木)	14日(金)		17日(月)	18日(火)
しゅうまい(18g)	さやつきえだまめ	ミートボール(大)(20g)	ハンバーグ(50g)		焼き豆腐	ひじき佃煮(8g)	春巻き(50g)		＊いわしの生姜煮(50g)	とり天(40g)
たまねぎ 豚肉 でん粉 粒状大豆たん白(大豆) 砂糖 食塩 ごま油 しょうが ほたてエキス 魚介エキス調味料 こしょう 〔皮〕 小麦粉	えだ豆(大豆) 食塩	豚肉 鶏肉 たまねぎ パン粉(小麦) でん粉(馬鈴薯) 砂糖 食塩 酵母エキス 香辛料	鶏肉 豚肉 たまねぎ 粒状植物性たん白(大豆) 豚脂 でん粉 砂糖 トマトケチャップ 植物油脂 乾燥マッシュポテト 野菜ペースト 香辛料	オニオンエキスパウダー 食塩 酵母エキス 加工デンプン 炭酸Ca 調味料(無機塩) 焼成Ca ピロリン酸鉄 着色料(ココア) 硫酸Ca (一部に大豆 鶏肉 豚肉を含む)	豆乳(大豆) 加工でん粉 凝固剤製剤(大豆) ナタデココ ナタデココ 砂糖・ぶどう糖 果糖液糖 クエン酸	ひじき のり 醤油 砂糖 水飴 大豆食物繊維(大豆) 酵母エキス 澱粉 寒天 14日(金) とうもろこしペースト とうもろこし	キャベツ たまねぎ にんじん はるさめ 豚脂 でん粉 しょうゆ 大豆油 発酵調味料 砂糖 食塩 酵母エキス 香辛料	〔皮〕 小麦粉 糖類(水あめ・ぶどう糖) 大豆油 食塩 乳化剤	いわし 〔タレ〕 しょうゆ 糖類(砂糖・水あめ) 発酵調味料 おろししょうが こんぶだし しょうが汁 醸造酢(小麦) 増粘剤 (加工デンプン タマリンドシードガム) カラメル色素 酸味料 調味料(アミノ酸等)	鶏むね肉 小麦粉 コーンスターチ 大豆油 ベーキングパウダー 19日(水) かぼちゃペースト かぼちゃ 白身魚切身(50g) スケソウタラ

20日(木)	21日(金)	21日(金)	24日(月)	24日(月)	25日(火)	27日(木)		27日(木)	27日(木)	27日(木)
いか天ぷら(50g)	＊オムレツ(50g)	ケチャップ(8g)	＊いり卵	紅芋コロッケ(50g)	さば味噌煮(50g)	棒ぎょうざ(40g)		白玉団子(加糖)	きな粉	グラニュー糖
いか(赤いか) 小麦粉 澱粉(コーン) ベーキングパウダー 食塩 揚げ油(なたね)	鶏卵 砂糖 でん粉 穀物酢 食塩 植物油(焼成油)	トマト 糖類(砂糖・ぶどう糖果糖液糖 ぶどう糖) 醸造酢 食塩 たまねぎ 香辛料	鶏卵 だし汁 醤油 糖類 風味原料 かつおエキス 濃縮煮干だし 食塩 澱粉 砂糖 食塩 植物油脂	じゃがいも 紫芋ペースト パン粉(小麦) バッターミックス 砂糖 乾燥マッシュポテト 冷凍もずく 沖縄もずく pH調整剤	大西洋サバ 砂糖 白味噌 赤味噌 みりん風調味料 おろし生姜	キャベツ 豚肉 豚脂 鶏すり身 にら たまねぎ ながねぎ 粒状大豆たん白(大豆) パン粉(小麦) 砂糖 酵母エキス 米油 にんにく	しょうゆ しょうが 食塩 こしょう ピロリン酸第二鉄 〔皮〕 小麦粉 こんにゃく粉 大豆粉末(大豆) 食塩 砂糖 小麦でん粉(小麦) 粉末状小麦たん白(小麦)	米粉 砂糖 加工でん粉 酵素製剤(大豆)	大豆	原料糖 甘藷原料糖 てん菜原料糖 水酸化カルシウム ケイソウ土 パーライト 骨炭 イオン交換樹脂 エタノール