

20日 (水)	エネルギー たんぱく質	772 37.9	kcal g	材料名	分量	6群	アレルギー	21日 (木)	エネルギー たんぱく質	776 33.7	kcal g	材料名	分量	6群	アレルギー	22日 (金)	エネルギー たんぱく質	772 30.9	kcal g	材料名	分量	6群	アレルギー	25日 (月)	エネルギー たんぱく質	827 29.8	kcal g	材料名	分量	6群	アレルギー	
	規格パン ●規格パン	1こ	5	乳麦	牛乳	1本	2		乳	ごはん ●精白米	100g	5		牛乳	1本		2	乳	ポークカレー ●精白米	90g	5		牛乳		1本	2	乳	ごはん ●精白米	100g	5		牛乳
26日 (火)	エネルギー たんぱく質	795 31.4	kcal g	材料名	分量	6群	アレルギー	27日 (水)	エネルギー たんぱく質	791 34.1	kcal g	材料名	分量	6群	アレルギー	28日 (木)	エネルギー たんぱく質	784 28.9	kcal g	材料名	分量	6群	アレルギー	29日 (金)	エネルギー たんぱく質	772 33.4	kcal g	材料名	分量	6群	アレルギー	
	いわしのトマトソースがけ いわし開き(馬鈴薯澱粉付き)	1こ	1		こめ油(揚げ用)	5g	6			米粉パン ●米粉パン	1こ	5	乳麦	牛乳	1本		2	乳	ごはん ●精白米	100g	5		牛乳		1本	2	乳	鮭ときのこの混ぜご飯 ●精白米	95g	5		鮭ダイスカット
20日 (水)	エネルギー たんぱく質	795 31.4	kcal g	材料名	分量	6群	アレルギー	21日 (木)	エネルギー たんぱく質	791 34.1	kcal g	材料名	分量	6群	アレルギー	22日 (金)	エネルギー たんぱく質	784 28.9	kcal g	材料名	分量	6群	アレルギー	25日 (月)	エネルギー たんぱく質	772 33.4	kcal g	材料名	分量	6群	アレルギー	
	かぼちゃサラダ かぼちゃ	40g	3		きゅうり	10g	4			鶏のから揚げ 鶏のから揚げ	2こ	1	麦豆鶏	主菜リクエスト 1位					たんぱく質	31.4	g	材料名	分量		6群	アレルギー	たんぱく質	33.4	g	材料名	分量	6群
26日 (火)	エネルギー たんぱく質	790 31.3	kcal g	材料名	分量	6群	アレルギー	27日 (水)	エネルギー たんぱく質	791 32.3	kcal g	材料名	分量	6群	アレルギー	28日 (木)	エネルギー たんぱく質	779 27.5	kcal g	材料名	分量	6群	アレルギー	29日 (金)	エネルギー たんぱく質	772 25.6	kcal g	材料名	分量	6群	アレルギー	
	豚肉	20g	1	豚	たまねぎ	20g	4			白身魚フライ 白身魚フライ	1こ	1	麦豆	たんぱく質	31.3		g	材料名	分量	6群	アレルギー	たんぱく質	27.5		g	材料名	分量	6群	アレルギー	たんぱく質	25.6	g

☆献立は都合により変更になることがあります。
●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)

6つの基礎食品群

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

9月 平均栄養量

エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	マグネシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB ₁	ビタミンB ₂	ビタミンC	食物繊維
kcal	g	g	mg	mg	mg	μg RE	mg	mg	mg	g
784	31.2	25.1	390	129	3.9	306	0.72	0.60	31	6.5

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・香芝市のホームページに中学校給食の人気レシピを掲載しました!!ぜひご家庭でも作ってみてくださいね。
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
教育委員会HP

広陵町イメージキャラクター
かぐやちゃん





香芝市
教育委員会HP

香芝市イメージキャラクター
カッシー





広陵町
教育委員会HP
(給食レシピ集)



香芝市
教育委員会HP
(給食レシピ集)

