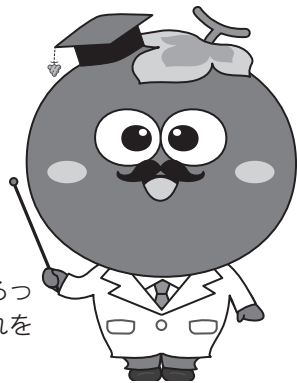




～中学校給食の巻～

中学校で給食(選択制)が食べれるって、知ってますか? 給食のあれこれをつぶたんに教えてもらいましょう。



羽曳野市中学校給食

検索

Q 給食のメニューってどんなん?



<メニュー> H26.11月10日の給食
豆腐ハンバーグ(いちじくソース)
フライド里芋&かぼちゃ
大阪産水菜のごまマヨサラダ
大阪しる菜の煮びたし・みかん
※かやくごはん、牛乳あり
合計 861Kcal

Q 費用は?

1食 300円。
→給食費はすべて食材にあてられます。※調理費は市負担

Q 注文方法は?

インターネット上でお申し込みください。
→7月分の注文は6月1日～受付開始です。
※2学期からは、食べたい日の10日前まで注文できるようにになります。

6月のメニュー例

- ・ドライカレー、ナン
- ・冷やし中華
- ・油淋鶏(ユウリンチー)
- ・串カツ など

- ◆1日の食塩摂取目標量は、中学生 男性 8g・女性 7g
次の食品に含まれる食塩相当量は…
- (例) コンビニのハンバーグ弁当 4.2g
- チーズバーガーセット 4.7g
- 羽曳野市中学校給食(5月平均) 2.7g

塩分の多い外食に慣れてしまうと、適切な塩分量で作られた給食を薄味と感じてしまうかも…

中学校給食は栄養バランスばっちりだよ!
バランスを考えて、3食きっちり
食べることを心がけよう。
大事なものは… **バランス** ☆

教育総務課 管理栄養士のコメント



★炭水化物不足はやる気
ダウン↓勉強にも集中で
きへん…ごはん抜いたら
あかんで。

★骨を強くするには
カルシウムとって
外で運動やでー!



<問合せ> 教育総務課 ☎ 958-1111 (内線 4412・4413)

重要文化財「吉村家住宅」 ー夏の特別公開ー

7月11日(土)・12日(日)

場所 島泉5丁目3番5号(高鷲駅から北へ徒歩15分)

時間 午前の部 10:00～12:00
午後の部 13:00～16:00

見学料 500円
(小学生以下は保護者同伴に限る・中学生以下無料)

申込 歴史文化推進室まで電話またはファクスでお申し込みください(※予約制)

<電話> 947-3904(直通) <ファクス> 956-7196

問合せ 歴史文化推進室 ☎ 958-1111 内線 4482

吉村家は、鎌倉幕府を開いた源頼朝の近く(よりとも)にあつて功を重ねた武将・佐々木高綱(たかつな)の子孫で、鎌倉時代初期に島泉付近に移り住んだと伝えられ、江戸中期には、現在の羽曳野市、松原市、八尾市などの18ヵ村の大庄屋を務めていました。住宅は、元和元年(1615)大坂夏の陣の直後に建築されたとみられ、桃山時代の書院造りの建築様式を一部に留める代表的な上層農家の建物です。



～同時開催～

11日(土) 14:00～14:40
◆朗読劇「白鳥になった皇子」

12日(日) 14:00～14:40

◆ミニコンサート

出演: ウインズゴスペルクワイア

曲目: 「いのちのうた」「Oh Happy Days」ほか



[問合せ] 歴史文化推進室 ☎ 958-1111 内線 4482