

歯は食べ物（は た もの）をしっかりとむかむためにとても大切です。（たい せつ）
かみごたえのあるものを食べたり、食後（しょくご）に必ず歯（は）を
みがいたりして、歯（は）を大切に（たい せつ）するために自分（じ ぶん）にでき
ることを実践（じっ せん）しましょう。「家庭（かてい）とつながる！新食育ブック①子どもの食と健康」から引用（引用）

大阪狭山市立小・中学校は共通献立のため、実施日は学校によって異なります。
各日の「食品名と数量」は副食の内容になります。

本日の給食は

本日の給食は

**食物アレルギー対応
除去するもの（５種類 ９品目）**

- 卵
- ▲乳製品
（牛乳・チーズ・ヨーグルト・
バター・脱脂粉乳）
- いか
- ★えび
- ◆かに

除去対象献立名

献立名			食品名と数量			献立名			食品名と数量				
十一日 (火)	夏野菜麻婆丼		赤	豚ミンチ	30	十四日 (金)	ごはん		赤	鶏肉	42		
	(ごはん 麻婆丼の具)	赤	あらびき大豆フレーク	4	牛乳		赤	きゃべつ	20				
		赤	たまねぎ	40			緑	水煮たけのこ	7				
		赤	なす	30			黄	ゴーヤ	5				
		赤	えだまめ	10			緑	生玉葱	0.4				
		赤	ピーマン	10			緑	しょうゆ	3				
	牛乳	赤	生玉葱	0.3	鶏肉の オイスター炒め		赤	酒	1				
		赤	にんにく	0.3			黄	オイスターソース	0.8				
		赤	甜麺醬	5			黄	さとう	1				
		赤	八丁みそ	4			赤	塩こしょう	0.05				
赤		酒	3	黄		黒油	0.02						
十二日 (水)	ししゃもの 南蛮だれ		黄	中華スープ	1.5	十五日 (土)	玉葱のみそ汁		赤	めん粉	1		
	(バイキング給食 北小学校 2年)	黄	豆板醬	0.4	(バイキング給食 西小学校 4年)		赤	オイルツナ	10				
		黄	塩	0.2			赤	しろな	20				
		黄	黒油	0.05			赤	だいこん	10				
		赤	酢しししゃも	2匹			赤	にんじん	5				
		黄	油	0.5			赤	うるめさば節	0.4				
	エネギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	黄	淡口しょうゆ		0.8	全粒粉パン	赤	ミートボール	50		
				黄	塩		0.05		赤	油	5		
				黄	梅さとう		0.8		緑	ワイン	2		
				黄	淡口しょうゆ		0.4		黄	トマトチップ	3		
黄				でん粉	0.2	黄	トマトピューレ		0.8				
十三日 (木)	ごはん		赤	鮭	1切	十七日 (月)	玉葱のサラダ		赤	ウスターソース	0.5		
	牛乳	黄	塩油	0.5	ポテトスープ		赤	さとう	1				
		黄	しょうゆ	1			黄	塩こしょう	0.05				
		黄	しりめん	0.8			緑	でん粉	22				
		黄	さとう	0.5			緑	たまねぎ	0.2				
		黄	でん粉	2			緑	きゅうり	15				
	鮭の照り焼き	黄	さつまいも	5	いちごジャム		黄	えだまめ	7				
		赤	しめじ	5			黄	淡口しょうゆ	1.2				
		赤	にんじん	5			黄	すだち果汁	0.8				
		赤	切干大根	1			黄	油	0.6				
赤		しょうゆ	1.5	黄		こしょう	0.05						
十四日 (金)	赤だし		黄	酒	1.5	十八日 (火)	フルーツポンチ		赤	コンソメ	1		
	(バイキング給食 東小学校 6年)	黄	さとう	1.2	(バイキング給食 南第二小学校 5年)		赤	チキンブイヨン	0.1				
		黄	みりん	0.5			黄	塩こしょう	0.002				
		黄	油	0.3			黄	オレガノ	0.01				
		赤	豆腐	15			黄	油	2				
		赤	さつまいも	3			黄	米粉	5				
	エネギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	赤	たまねぎ		17	十九日 (水)	福神漬		赤	カクテルゼリー	20
				赤	青ねぎ		5		赤	みかん缶詰	15		
				赤	うるめさば節		3.5		赤	りんご缶詰	10		
				赤	いりこだし		1		赤	白桃缶	10		
赤				八丁みそ	5	赤	福神漬		12				
十五日 (土)	おにぎり		赤	赤みそ	5	二十日 (木)	福神漬		赤	福神漬	12		
	ココアパン	赤	豚肉	50	牛乳		赤	鶏肉	42				
		黄	油	0.2			ポーク	赤	きゃべつ	20			
		黄	たまねぎ	1				ジンジャーソティ	赤	あらびき大豆フレーク	30		
		黄	生玉葱	10					コーンソティ	赤	たまねぎ	60	
		黄	生玉葱	0.1						ミネストローネ	赤	にんじん	20
	黄	淡口しょうゆ	0.1	西小	赤						しめじ	10	
	黄	さとう	1		メロンパン		赤				トマトピューレ	8	
	黄	塩油	0.01				エネギー kcal	赤			トマトチップ	3	
	黄	でん粉	0.2					たんぱく質 g	赤		ワイン	8	
赤	オイルツナ	8	脂質 g			赤			とんかつソース	3			
赤	きやわん	25		二十一日 (金)		赤			八丁みそ	3			
赤	ホールコーン	7			二十二日 (土)	赤			さとう	1.5			
赤	ピーマン	5				二十三日 (日)	赤		ウスターソース	1			
赤	にんにく	0.2					二十日 (木)	赤	コンソメ	1			
赤	コンソメ	0.3	二十一日 (金)					赤	チキンブイヨン	0.1			
黄	塩	0.1		二十三日 (日)				赤	塩こしょう	0.002			
黄	こしょう	0.01			二十日 (木)			黄	オレガノ	0.01			
黄	油	1				二十一日 (金)		黄	油	2			
黄	米粉	2					二十二日 (土)	黄	米粉	5			
黄	じゃがいも	25	二十三日 (日)					黄	カクテルゼリー	20			
黄	もやし	10		二十四日 (月)				黄	みかん缶詰	15			
黄	にんじん	5			二十五日 (火)			黄	りんご缶詰	10			
黄	セロリ	3				二十六日 (水)		黄	白桃缶	10			
黄	トマトピューレ	8					二十七日 (木)	黄	福神漬	12			
黄	鶏がらスープ	1	二十八日 (金)					黄	福神漬	12			
黄	トマトチップ	3		二十九日 (土)				黄	福神漬	12			
黄	コンソメ	3			三十日 (日)			黄	福神漬	12			
黄	チキンブイヨン	0.5				三十一日 (月)		黄	福神漬	12			
黄	塩	0.1					三十二日 (火)	黄	福神漬	12			
黄	こしょう	0.01	三十三日 (水)					黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2		三十四日 (木)				黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2			三十五日 (金)			黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2				三十六日 (土)		黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2					三十七日 (日)	黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2	三十八日 (月)					黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2		三十九日 (火)				黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2			四十日 (水)			黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2				四十一日 (木)		黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2					四十二日 (金)	黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2	四十三日 (土)					黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2		四十四日 (日)				黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2			四十五日 (月)			黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2				四十六日 (火)		黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2					四十七日 (水)	黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2	四十八日 (木)					黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2		四十九日 (金)				黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2			五十日 (土)			黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2				五十一日 (日)		黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2					五十二日 (月)	黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2	五十三日 (火)					黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2		五十四日 (水)				黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2			五十五日 (木)			黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2				五十六日 (金)		黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2					五十七日 (土)	黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2	五十八日 (日)					黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2		五十九日 (月)				黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2			六十日 (火)			黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2				六十一日 (水)		黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2					六十二日 (木)	黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2	六十三日 (金)					黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2		六十四日 (土)				黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2			六十五日 (日)			黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2				六十六日 (月)		黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2					六十七日 (火)	黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2	六十八日 (水)					黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2		六十九日 (木)				黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2			七十日 (金)			黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2				七十一日 (土)		黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2					七十二日 (日)	黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2	七十三日 (月)					黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2		七十四日 (火)				黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2			七十五日 (水)			黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2				七十六日 (木)		黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2					七十七日 (金)	黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2	七十八日 (土)					黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2		七十九日 (日)				黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2			八十日 (月)			黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2				八十一日 (火)		黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2					八十二日 (水)	黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2	八十三日 (木)					黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2		八十四日 (金)				黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2			八十五日 (土)			黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2				八十六日 (日)		黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2					八十七日 (月)	黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2	八十八日 (火)					黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2		八十九日 (水)				黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2			九十日 (木)			黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2				九十一日 (金)		黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2					九十二日 (土)	黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2	九十三日 (日)					黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2		九十四日 (月)				黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2			九十五日 (火)			黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2				九十六日 (水)		黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2					九十七日 (木)	黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2	九十八日 (金)					黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2		九十九日 (土)				黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2			第一百日 (日)			黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2				第一百一日 (月)		黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2					第一百二日 (火)	黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2	第一百三日 (水)					黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2		第一百四日 (木)				黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2			第一百五日 (金)			黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2				第一百六日 (土)		黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2					第一百七日 (日)	黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2	第一百八日 (月)					黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2		第一百九日 (火)				黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2			第一百十日 (水)			黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2				第一百十一日 (木)		黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2					第一百十二日 (金)	黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2	第一百十三日 (土)					黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2		第一百十四日 (日)				黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2			第一百十五日 (月)			黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2				第一百十六日 (火)		黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2					第一百十七日 (水)	黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2	第一百十八日 (木)					黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2		第一百十九日 (金)				黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2			第一百二十日 (土)			黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2				第一百二十一日 (日)		黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2					第一百二十二日 (月)	黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2	第一百二十三日 (火)					黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2		第一百二十四日 (水)				黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2			第一百二十五日 (木)			黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2				第一百二十六日 (金)		黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2					第一百二十七日 (土)	黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2	第一百二十八日 (日)					黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2		第一百二十九日 (月)				黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2			第一百三十日 (火)			黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2				第一百三十一日 (水)		黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2					第一百三十二日 (木)	黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2	第一百三十三日 (金)					黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2		第一百三十四日 (土)				黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2			第一百三十五日 (日)			黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2				第一百三十六日 (月)		黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2					第一百三十七日 (火)	黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2	第一百三十八日 (水)					黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2		第一百三十九日 (木)				黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2			第一百四十日 (金)			黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2				第一百四十一日 (土)		黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2					第一百四十二日 (日)	黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2	第一百四十三日 (月)					黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2		第一百四十四日 (火)				黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2			第一百四十五日 (水)			黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2				第一百四十六日 (木)		黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2					第一百四十七日 (金)	黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2	第一百四十八日 (土)					黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2		第一百四十九日 (日)				黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2			第一百五十日 (月)			黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2				第一百五十一日 (火)		黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2					第一百五十二日 (水)	黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2	第一百五十三日 (木)					黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2		第一百五十四日 (金)				黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2			第一百五十五日 (土)			黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2				第一百五十六日 (日)		黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2					第一百五十七日 (月)	黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2	第一百五十八日 (火)					黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2		第一百五十九日 (水)				黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2			第一百六十日 (木)			黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2				第一百五十一日 (金)		黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2					第一百五十二日 (土)	黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2	第一百五十三日 (日)					黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2		第一百五十四日 (月)				黄	福神漬	12			
黄	でん粉	2			第一百五十五日 (火)			黄	福神漬	12			
黄	でん粉												

献立名				食品名と数量				献立名				食品名と数量				献立名				食品名と数量			
十九日 (水)	おさつロール 牛乳 夏野菜の ガーリックパスタ あじの カレーソース きゃべつのサラダ (バイキング給食 第七小学校 3年)	赤	鶏肉	5	28	二十四日 (月)	ハニーバンス 牛乳 豚肉の バーベキュー ソース コーン ドレッシング サラダ じゃがいもの 豆乳クリーム スープ レモンゼリー (バイキング給食 西小学校 3年)	赤	豚肉	45	二十七日 (木)	全粒粉パン 牛乳 チリビーンズ ごぼうの ごまドレサダ レタススープ (バイキング給食 西小学校 5年)	赤	豚肉	40	二十八日 (金)	ごはん 牛乳 お魚ボールの ピリ辛あんかけ 胡瓜と わかめの酢の物 豆腐のみそ汁 (バイキング給食 第七小学校 2年 東小 赤しそふりかけの おにぎり)	赤	豚肉	40			
		黄	たまねぎ	15	12			黄	たまねぎ	5			20	黄	大豆			7					
		緑	ズッキーニ	8	4			緑	とんかつソース	5			5	緑	さとう			3					
		緑	赤ピーマン	4	0.5			緑	トマトケチャップ	2			2	緑	ピーマン			10					
		赤	にんにく	2	0.5			赤	赤ワイン	1.5			1	赤	トマトピューレ			1					
		黄	鶏がらスープ	2	0.8			黄	ウスターソース	0.7			0.3	黄	とんかつソース			0.5					
		黄	コンソメ	0.1	0.1			黄	さとう	0.05			0.04	黄	さとう			0.01					
		黄	キャベツ	0.002	0.002			黄	塩	0.01			0.01	黄	塩			0.01					
		黄	黒しょう油	0.001	0.001			黄	こしょう	0.1			0.1	黄	こしょう			0.1					
		黄	ガーリックパウダー	0.002	0.002			黄	塩	0.01			0.01	黄	塩			0.01	黄	塩	0.01		
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう	0.1	黄	こしょう	0.1										
黄	油	0.002	0.002	黄	こしょう	0.1	0.1	黄	こしょう														

大阪狭山市の郷土料理として、「オカイサン（お粥さん）」、「ジャゼ豆」、行事食として「オヒラ」、「アカネコもち」などがあります。



茶粥が主流です。大阪狭山市史によると、
昭和初期には増量を兼ねてさつまいもを
入れるイモオカユが主流で、白米は正月
だけ、とういうのが一般的でした。



大豆に色々な野菜を混ぜ合わせて煮たものです。「ジャゼ」とは雑物、混ぜ物の意味です。



かんたんたんじょうび　く　も
元旦や誕生日、おいしい初めなど、めでた
い時につくる煮物です。椎茸、にんじん、
ゴボウ、竹の子、ササギ、かんぴょう、
高野豆腐、かまぼこ、にめぎ（ゆで卵）
などから、5色か7色（奇数の材料）を
炊いたものです。



小麦^{こむぎ}ともち米^{こめ}でつくった餅^{もち}です。田植^{たう}えが
終わ^あった後の^{あとの}*半夏生^{はんげしょう}にとれたばかりの
小麦^{こむぎ}を使^{つか}って作^{つく}りました。小麦^{こむぎ}の精製^{せいせい}が
十分^{じゅうぶん}でなく色^{いろ}が赤^{あか}みを帯^おびていることと
やわらかく、形^{かたち}が猫^{ねこ}の背^せのよう^{よう}に見^みえた
ことから「アカネコ」と呼^よばれました。

*半夏生：かつては夏至から数えて11日目のこと。
現在は、7月2日頃にあたるとされている。

同じ市内でも地域や家庭によって食材が異なったり、いろいろな説がある場合もあります。

出典：健康大阪やま21（第2次後継計画） 大阪狭山市食育推進計画（第

6月4日から10日は「^か歯と^{くち}口の^{けんこうしゅうかん}健康週間」です。

産地消の推進から6月の精米、
 るな、こまつな、たまねぎは、
 坂で収穫された右のものを使
 する予定です。

・南河内産精米

・大阪しるな

・大阪産小松菜

せん しゅう き たま ねぎ
・ 皇州黄玉葱

☆大阪狭山市立学校給食センターでは、使用食材の産地・バイキング給食の献立内容や献立の写真など給食関係の情報をホームページに掲載しています。
URL:https://www.city.osakasayama.osaka.jp/kosodate_kyoiku/kyoikuinkai/3/index.html



R100

古紙配合率100%の再生紙を使用しています。