

Main table containing school lunch menus and ingredients for days 1 through 16. Each day's menu is listed in the top row, and the corresponding ingredients are listed in the rows below, color-coded by food type.

Table for June 6th 'Meal Month' (毎年6月は『食育月間』). It includes a menu for June 6th, a QR code for the 'Meal Month' website, and a list of participating schools. The QR code is for 'あまっ!うまっ!すごっ! 尼メシプロジェクト 開始'.

赤: 赤色の食品... 体をふくもことになるもの
黄: 黄色の食品... 熱や力になるもの
緑: 緑色の食品... 体の調子をととのえるもの

一食あたり平均栄養素量 (Average nutrient content per meal). Table with columns for Energy, Protein, Fat, Carbohydrate, Calcium, Magnesium, Iron, Vitamin A, Vitamin B1, Vitamin B2, Vitamin C, and Sodium. Values are provided in kcal, g, and mg.

☆尼崎市学校給食における食物アレルギー対応基本方針☆
医師の診断による「学校生活管理指導表」に基づき対応します。個別に対応する食品は、たまご・飲用牛乳・小麦(主食)、えび・かに、いかに、たこ、こま、ナッツを限度とし、安全を最優先して対応します。

【ご案内】6月7日(日)「歯と口の健康フェスタ2026」開催
場所: 中央北生涯学習プラザ
【問い合わせ先】06-4869-3033 (尼崎市健康増進課)



尼崎市民が食べる「バラ」のよい食事(メシ) = 「尼メシ」を応援する食育
「あまっ!」=おいしい
「すごっ!」=すごい簡単! 安い!