

# 令和4年5月 学校給食献立予定表



日 (曜)	献立名 牛乳は毎日つきます	エネルギー kcal 基準値 636	塩分 g 基準値 2.0	食品の種類と体内でのおもな働き		
				体をつくるものになる (赤)	エネルギーのもとになる (黄)	体の調子を整えるものになる (緑)
2 (月)	★わかめごはん かつおフライ (ソース) わかたけじる マスカットゼリー	616	2.8	ぎゅうにゅう かつおフライ わかめ とうふ とりく	ごはん こめあぶら マスカットゼリー	たけのこ にんじん ほうれんそう
6 (金)	たかなそぼろどん (ごはん) しのだあえ そうめんふしのすましじる	567	2.4	ぎゅうにゅう ぶたひきにく あぶらあげ とうふ	ごはん こめあぶら さとう そうめんふし	たかなづけ にんじん たけのこ しょうが ねぎ はくさい ほうれんそう たまねぎ だいこん
9 (月)	ごはん マーボー豆腐 あげぎょうざ (2) フルーツヨーグルト ㊟	679	1.8	ぎゅうにゅう とうふ プチとうふ ぎょうざ ぶたひきにく あかみそ ヨーグルト	ごはん こめあぶら さとう でんぷん	にんじん たまねぎ しょうが にんにく ほししいたけ ねぎ みかん おうとう
10 (火)	ごはん とりくのてりやき あまずあえ こうや豆腐のもの	628	2.0	ぎゅうにゅう とりく こうや豆腐 ぶたにく	ごはん さとう	しょうが にんじん キャベツ こまつな ねぎ たまねぎ だいこん
11 (水)	ごはん さけのしおやき ごまあえ こんさいじる	556	2.4	ぎゅうにゅう しおさけ ちくわ ぶたにく とうふ	ごはん さとう すりごま いりごま じゃがいも	はくさい ほうれんそう にんじん ごぼう だいこん
12 (木)	こくとうパン コロッケ ◆カル秀メニュー コールスロー コーンチャウダー ㊟	696	2.6	ぎゅうにゅう とりく	こくとうパン コロッケ こめあぶら さとう ノンエッグマヨネーズ こめこ	キャベツ みずな にんじん たまねぎ はくさい とうもろこし クリームコーン
13 (金)	ごはん あじのたつたあげ かんぴょうサラダ じゃがいものみそしる	581	2.0	ぎゅうにゅう あじ とうふ みそ あぶらあげ まぐろあぶらづけ	ごはん でんぷん こめこ こめあぶら さとう じゃがいも	しょうが かんぴょう キャベツ にんじん たまねぎ ねぎ
16 (月)	ごはん かわりきんぴら かつおあえ ちゃんこじる	563	1.8	ぎゅうにゅう だいず ぶたにく とりく とうふ あぶらあげ いかかつおけずりぶし	ごはん こめあぶら さとう じゃがいも	だいこん こんにやく にんじん れんこん キャベツ ほうれんそう はくさい
17 (火)	ごはん チキンカツ たくあんあえ よしのじる	607	1.9	ぎゅうにゅう チキンカツ あぶらあげ とうふ	ごはん こめあぶら でんぷん	たくあん キャベツ にんじん みぶな はくさい
18 (水)	ごはん さばのつばマスタードやき ほうれんそうのおひたし すきやきふうに	626	2.3	ぎゅうにゅう さば ぶたにく やき豆腐	ごはん さとう ふ じゃがいも こめあぶら	ほうれんそう にんじん はくさい いとこんにやく ねぎ たまねぎ
19 (木)	ミルクパン やきスパゲティ はくさいのスープ ミニトマト (2)	608	2.8	ぎゅうにゅう ぶたにく あおのり とりく	ミルクパン スパゲティ こめあぶら	たまねぎ にんじん キャベツ だいこん はくさい こまつな ミニトマト
20 (金)	カレーライス (ごはん) コーンサラダ こざかな ㊟	608	2.7	ぎゅうにゅう ぎゅうにく こざかな	ごはん じゃがいも こめあぶら カレールウ オニオンドレッシング	にんじん たまねぎ キャベツ とうもろこし
23 (月)	ごはん けいちゃんやき マカロニサラダ ふりかけ (のりこうみ)	563	2.0	ぎゅうにゅう とりく あかみそ ローズハム ふりかけ (のりこうみ)	ごはん こめあぶら でんぷん マカロニ ノンエッグマヨネーズ さとう	キャベツ くら にんじん たまねぎ にんにく とうもろこし こまつな きゅうり はくさい
24 (火)	きりぼしだいこんのピピンバ (ごはん) 【除去食対応有り】 にくだんごのちゅうかスープ かわちばんかん	581	2.6	ぎゅうにゅう ぎゅうにく いたまご ミートボール	ごはん さとう こめあぶら じゃがいも	にんにく にんじん きりぼしだいこん ねぎ ほうれんそう たまねぎ かわちばんかん
25 (水)	★しそごはん さわらのマヨネーズやき さんしよくあえ キャベツのみそしる	592	2.8	ぎゅうにゅう さわら とりささみ みそ あぶらあげ	ごはん ノンエッグマヨネーズ さとう	あかじそ たまねぎ はくさい にんじん とうもろこし キャベツ ねぎ
26 (木)	コッペパン スラッピージョー ごまドレッシングサラダ ひゅうがなつゼリー㊟	681	2.8	ぎゅうにゅう ぶたひきにく	コッペパン (きかく) こめあぶら さとう でんぷん ごまドレッシング ひゅうがなつゼリー	たまねぎ にんじん ピーマン きゅうり ほうれんそう にんにく とうもろこし キャベツ
27 (金)	ごはん いわしのなんばんづけ こふきいも ぶたじる	627	2.4	ぎゅうにゅう いわし ベーコン ぶたにく とうふ みそ	ごはん こめこ でんぷん さとう こめあぶら じゃがいも	たまねぎ こんにやく にんじん ごぼう だいこん
30 (月)	ごはん とりくのくろずソース きりぼしだいこんのナムル みそふうみスープ	666	2.5	ぎゅうにゅう とりく ぶたにく とうふ みそ	ごはん こめこ でんぷん こめあぶら さとう ごまあぶら じゃがいも	きりぼしだいこん キャベツ こまつな にんじん たまねぎ ねぎ
31 (火)	ぶたキムチどん (ごはん) ポテトサラダ はるさめスープ	600	2.6	ぎゅうにゅう ぶたにく とりく ローズハム	ごはん さとう こめあぶら じゃがいも ノンエッグマヨネーズ はるさめ	しょうが しろねぎ くら はくさい はくさいキムチ キャベツ にんじん たまねぎ ねぎ

(注) ご飯は福知山産コシヒカリを使用しています。㊟はスプーンの日、㊤はキッチンポットの日。( )内の数字は1人当たりの数量。献立内容は都合により変更することがあります。  
食材の産地については福知山市ホームページをご覧ください。お問い合わせ先…福知山市学校給食センター (TEL23-5766)



5月5日のこどもの日は、こどもたちみんなが元気に大きく育ったことをお祝いする日です。  
「こいのぼり」や「かぶと」をかざり、「かつお」や「たけのこ」「かしわもち」を食べてお祝いします。



広告  
新築・注文住宅・リフォームのごとなら

ここにしかない家  
KICHO WORK We do carefully complete work.

有限会社 大下工務店  
OSHITA

〒620-0855 京都府 福知山市 土師町1丁目223-2  
電話: 0773-27-0720  
FAX: 0773-27-7288

広告  
地産地消キッチン

D1cafe

- ・キッチンカー
- ・米粉製品 (グルテンフリー)
- ・旬野菜の料理教室

株式会社大一設備 飲食事業部  
福知山市字菅巻1196 TEL(0773) 22-7517  
☑ d1.cafe@daiichi-setsubi.com

広告

OFF HOUSE 0773-23-2332

BOOK-OFF 0773-25-3535

HARD-OFF 0773-23-2277

福島文通堂 0773-23-6377

ECO TOWN 福知山市駅南町2-20

\*保護者の皆様へ: 上記広告は、新たな市の収入源とするため、本市の有効な広告媒体を活用し広告収入を得るものです。  
\*上記広告主又はその内容について、市、教育委員会及び学校が推奨、保証するものではありません。広告内容に関するご質問は、広告主に直接お問い合わせください。