

令和4年9月 学校給食献立予定表

(小学校)



福知山市教育委員会
福知山市学校給食会
学校給食センター

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 (金)	カレーライス(ごはん) ◆カル秀メニュー ごまあえ ござかな ㊟	617	1.8	ぎゅうにゅう ぎゅうにく ござかな	ごはん じゃがいも こめあぶら カレールウ さとう すりごま いりごま	にんじん たまねぎ なす ピーマン キャベツ きゅうり
5 (月)	ごはん ショウロンポー(2) だいこんナムル マーポー豆腐	627	1.6	ぎゅうにゅう とうふ プチとうふ あかみそ ぶたひきにく ショウロンポー	ごはん こめあぶら さとう ごまあぶら でんぷん	だいこん はくさい きゅうり にんじん なす たまねぎ しょうが にんにく ねぎ ほししいたけ
6 (火)	ぶたにくのさっぱりどん(ごはん) よしのじる ぶどう	614	1.6	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく あぶらあげ	ごはん こめあぶら じゃがいも でんぷん	にんじん たまねぎ ねぎ はくさい レモン しょうが にんにく えのきたけ むきえだまめ ぶどう
7 (水)	ごはん さけのおやき しのだあえ じゃがいものみそしる	591	2.4	ぎゅうにゅう さけ あぶらあげ とりにく とうふ みそ	ごはん さとう じゃがいも	はくさい こまつな にんじん だいこん ねぎ
8 (木)	あじつけパン ポロニアソーセージ ごまドレッシングサラダ クリームスープ	697	2.7	ぎゅうにゅう ポロニアソーセージ とりにく かまぼこ みそ	あじつけパン ごまドレッシング じゃがいも こめこ	キャベツ きゅうり とうもろこし はくさい にんじん たまねぎ
9 (金)	ぶたキムチどん(ごはん) こんさいじる つきみだんご	607	1.8	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく とうふ	ごはん さとう こめあぶら さとも つきみだんご	しょうが しろねぎ なら はくさい ごぼう はくさいキムチ にんじん ねぎ
12 (月)	ごはん チキンカツ はるさめサラダ ちゅうかスープ	613	1.9	ぎゅうにゅう チキンカツ ぶたにく	ごはん こめあぶら はるさめ さとう ごまあぶら じゃがいも	にんじん はくさい みずな たまねぎ だいこん
13 (火)	ごはん デミグラスソースハンバーグ コーンあえ ピリ辛スープ	606	2.4	ぎゅうにゅう ハンバーグ とりにく とうふ かまぼこ みそ	ごはん さとう じゃがいも	とうもろこし キャベツ にんじん きゅうり ねぎ
14 (水)	★うめごはん さんまのしょうがやき かんぴょうサラダ けんちんじる	627	2.9	ぎゅうにゅう さんま まぐろみずに ぶたにく とうふ	ごはん さとう さとも	うめ しょうが かんぴょう キャベツ きゅうり にんじん こんにゃく ほうれんそう
15 (木)	カレーミートサンド(コッペパン) コンソメスープ フルーツあえ ㊟	635	2.7	ぎゅうにゅう ぎゅうひきにく ぶたひきにく ベーコン	コッペパン(きかく) こめあぶら カレールウ でんぷん	たまねぎ にんじん ピーマン なす はくさい みずな みかん おうとう ナタデココ
16 (金)	ごはん あじのねぎソース もやしのあえもの にくだんごのスープ	606	2.7	ぎゅうにゅう あじ ミートボール かまぼこ	ごはん こめこ でんぷん こめあぶら さとう	にんにく しょうが ねぎ もやし キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ こまつな
20 (火)	とりめし(ごはん) かつおあえ タイピーエン	607	1.9	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ ぶたにく いとかつおけずりぶし	ごはん こめあぶら さとう はるさめ	にんじん れんこん しょうが キャベツ ほししいたけ こまつな だいこん ねぎ たまねぎ はくさい
21 (水)	ごはん ホキフライ(ノンエッグタルタルソース) すのもの さつまいものみそしる	635	2.0	ぎゅうにゅう ホキフライ わかめ みそ あぶらあげ	ごはん こめあぶら さとう さつまいも ノンエッグタルタルソース	きゅうり はくさい にんじん だいこん たまねぎ
22 (木)	ことうパン マカロニグラタン とうもろこしのスープ かたぬきチーズ ㊟	661	2.3	ぎゅうにゅう とりひきにく ぶたにく かたぬきチーズ	ことうパン マカロニ こめあぶら	なす たまねぎ とうもろこし にんじん はくさい
26 (月)	ごはん とりにくのレモンあえ えのきのあえもの みそふうみスープ	695	2.1	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく とうふ みそ	ごはん でんぷん こめこ こめあぶら さとう じゃがいも	レモン キャベツ えのきたけ こまつな にんじん だいこん ねぎ
27 (火)	きりぼしだいのびんば(ごはん) 【除去食対応有り】 ポテトサラダ なしゼリー	601	1.7	ぎゅうにゅう ぎゅうにく いりたまご	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 なしゼリー	にんにく にんじん きりぼしだいのびんば ほうれんそう キャベツ きゅうり
28 (水)	★わかめごはん まんがんじあまとうのみそいため すましじる ひとくちドーナツ(2)	641	2.6	ぎゅうにゅう わかめ あつあげ ぶたにく あかみそ とうふ	ごはん こめあぶら さとう とうにゅうドーナツ	まんがんじあまとう たまねぎ キャベツ にんじん こんにゃく しょうが にんにく えのきたけ ほうれんそう
29 (木)	ミルクパン かぼちゃとおまめのコロッケ ツナあえ はくさいのスープ	704	2.7	ぎゅうにゅう かぼちゃとおまめのコロッケ ぶたにく まぐろみずに	ミルクパン こめあぶら さとう じゃがいも	キャベツ きゅうり にんじん モロッコまめ たまねぎ はくさい
30 (金)	ごはん さばのつばマスタードやき あまずあえ とうふのみそしる	611	2.5	ぎゅうにゅう さば ちくわ とうふ あぶらあげ みそ	ごはん さとう じゃがいも	にんじん きゅうり はくさい ごぼう えのきたけ

(注) ご飯は福知山産コシヒカリを使用しています。㊟はスプーンの数、㊦はキッチンポットの数、()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)

『福知山の食材を味わおう』

給食では、お米やさつまいも、ピーマン、なす、じゃがいも、にんじん、モロッコ豆などの福知山で採れた食材をたくさん使っています。



<p>広告 新築・注文住宅・リフォームのことなら</p> <p>ここにしかない家 KICHIYO WORK We do carefully complete work.</p> <p>有限会社 大下工務店 OSHITA</p> <p>〒620-0855 京都府 福知山市 土師新町1丁目223-2 電話: 0773-27-0720 FAX: 0773-27-7288</p>	<p>広告 地産地消キッチン</p> <p>D1cafe</p> <ul style="list-style-type: none"> ・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 <p>株式会社大一設備 飲食事業部 福知山市字善巻1196 TEL(0773) 22-7517 ☑ d1.cafe@daiichi-setsubi.com</p>	<p>広告</p> <p>OFF HOUSE 0773-23-2332</p> <p>BOOK-OFF 0773-25-3535</p> <p>HARD-OFF 0773-23-2277</p> <p>福島文通堂 0773-23-6377</p> <p>ECO TOWN 福知山市駅南町2-20</p>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

*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。