

令和4年12月 学校給食献立予定表

(小学校)



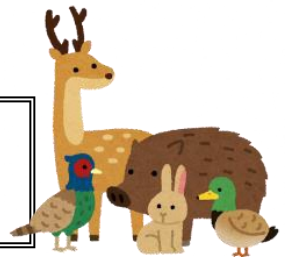
福知山市教育委員会
福知山市学校給食会
学校給食センター

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)
1 (木)	あじつけパン やきスパゲティ ごまドレッシングサラダ コンソメスープ	693	2.9	ぎゅうにゅう ぶたにく あおのり とり	あじつけパン スパゲティ こめあぶら ごまドレッシング	たまねぎ にんじん キャベツ はくさい みずな とうもろこし だいこん ねぎ
2 (金)	ごはん あじのなんばんづけ かんぴょうサラダ とうふのみそしる	585	2.0	ぎゅうにゅう あじ まぐろみずに 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	かんぴょう キャベツ にんじん ほうれんそう だいこん ごぼう
5 (月)	ごはん とりにくのからあげ だいこんのサラダ みそふうみスープ	661	2.2	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく みそ	ごはん こめこ でんぷん こめあぶら さとう じゃがいも	しょうが にんにく だいこん にんじん はくさい たまねぎ こまつな
6 (火)	ごはん かんとうに【除去食対応有り】 さんしよあえ のりつくだに	580	2.0	ぎゅうにゅう とりにく あつあげ うずらたまご とりささみ のりつくだに	ごはん じゃがいも さとう	だいこん にんじん こんにやく キャベツ とうもろこし
7 (水)	ごはん さわらのみそだれ しのだあえ みずなのはりはりじる	570	1.9	ぎゅうにゅう さわら みそ あぶらあげ ぶたにく	ごはん さとう でんぷん はるさめ	しょうが にんじん はくさい えのきたけ みずな だいこん
8 (木)	コッペパン スラッピージョー ◆ジビエの日 はくさいのスープ みかん ⊗	613	2.7	ぎゅうにゅう しかにく とり	コッペパン (きかく) オリーブあぶら さとう でんぷん じゃがいも	たまねぎ にんじん とうもろこし にんにく ほうれんそう はくさい えのきたけ ねぎ みかん トマト
9 (金)	★しそごはん ホキのマヨネーズやき あまぎあえ かすじる	572	2.8	ぎゅうにゅう ほき ぶたにく あぶらあげ みそ	ごはん ノンエッグマヨネーズ さとう さといも さけかす	あかじそ たまねぎ にんじん こまつな キャベツ だいこん こんにやく ねぎ
12 (月)	ごはん じゃがいものあげに ピーンのスープ こめこのタルト (みかん)	675	1.7	ぎゅうにゅう ぶたにく とり	ごはん じゃがいも こめあぶら さとう ピーン こめこのタルト (みかん)	にんじん こんにやく たまねぎ はくさい ねぎ だいこん
13 (火)	ごはん デミグラスソースハンバーグ スパゲティサラダ すましじる	607	1.8	ぎゅうにゅう ハンバーグ ロースハム とうふ	ごはん さとう スパゲティ ノンエッグマヨネーズ	キャベツ にんじん はくさい たまねぎ ねぎ
14 (水)	ごはん とりにくのくろずソース こまつなのナムル だいこんのみそしる	663	2.1	ぎゅうにゅう とり ぶたにく あぶらあげ 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	こまつな はくさい にんじん だいこん きんときんにんじん ねぎ たまねぎ
15 (木)	ぜんりゅうふんパン かぼちゃひきにくフライ イタリアンドレッシングサラダ ポルシチ	722	3.0	ぎゅうにゅう かぼちゃひきにくフライ ぎゅうにく	ぜんりゅうふんパン こめあぶら じゃがいも でんぷん イタリアンドレッシング	みずな はくさい にんじん とうもろこし キャベツ たまねぎ にんにく トマト
16 (金)	ごはん さばのつばマスタードやき かつおあえ いものこじる	572	2.2	ぎゅうにゅう さば いとかつおけずりぶし ぶたにく みそ	ごはん さとう えびいも	ほうれんそう キャベツ にんじん ねぎ きんときんにんじん だいこん こんにやく
19 (月)	チキンカレーライス (★むぎごはん) コーンあえ こざかな ★カル秀メニュー ⊗	651	1.8	ぎゅうにゅう とり ぶたにく こざかな	ごはん おおむぎ じゃがいも さとう さつまいも こめあぶら カレールウ	にんじん たまねぎ とうもろこし はくさい だいこん
20 (火)	たかなぶたにくどん (ごはん) もやしのあえもの おしるこ	596	1.3	ぎゅうにゅう ぶたにく	ごはん こめあぶら さとう あずき しらたまだんご	たかなづけ にんじん たけのこ ねぎ しょうが にんにく もやし だいこん みずな
21 (水)	ごはん さけのしおやき ツナあえ ぶたじる	576	2.4	ぎゅうにゅう さけ まぐろみずに ぶたにく とうふ あぶらあげ みそ	ごはん さとう	にんじん はくさい ほうれんそう ねぎ こんにやく だいこん
22 (木)	ミルクパン とりにくのオーロラソース こんさいスープ こめこのケーキ (チョコ)	805	2.2	ぎゅうにゅう とり ぶたにく	ミルクパン こめこ でんぷん さとう こめあぶら ノンエッグマヨネーズ こめこのケーキ (チョコ)	はくさい こまつな かぶ にんじん

(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)

【ジビエ料理】 12月8日の「スラッピージョー」には、鹿肉を使っています。福知山産の鹿肉を味わって食べましょう。

★福知山市の給食では、「京都中丹ジビエ認証処理施設」の認証を受けた施設で生産された鹿肉を使用し、安全には特に配慮しています。



【地場の食材】 今月の給食でも、たくさんの地場産物を使用しています。16日のいものこじるには、「えびいも」や「きんときんにんじん」を、20日のおしるこには、「あずき」を使用しています。福知山産の食材をしっかりと味わって、12月もたくさん食べましょう。



<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 KIGHTO 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</p> <p>地産地消キッチン 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>福島文進堂 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。