

令和5年12月 学校給食献立予定表 (小学校)



| 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 (金) | ごはん たらしそあげ みぶなとささみのあえもの さつまいものみそしる | 603 | 2.3 | ぎゅうにゅう たら とりささみ とうふ みそ | ごはん こめこ でんぷん こめあぶら さとう さつまいも | あかじそ みぶな だいこん にんじん たまねぎ キャベツ ねぎ |
| 4 (月) | ごはん てりやきハンバーグ かんぴょうサラダ とりにくとだいこんのもの ◆カル秀メニューの日 | 678 | 2.1 | ぎゅうにゅう ハンバーグ まぐろあぶらづけ とりにく あつあげ がんもどき | ごはん さとう でんぷん じゃがいも | かんぴょう キャベツ にんじん ほうれんそう だいこん こんにゃく |
| 5 (火) | たかなぶたにくどん(ごはん) すましじる あずきとまっちゃんのでづくりケーキ | 631 | 2.0 | ぎゅうにゅう ぶたにく かまぼこ あずき あぶらあげ とうにゅう | ごはん こめあぶら さとう こめこ グラニューとう | たかなづけ にんじん たけのこ しょうが にんにく ねぎ はくさい だいこん きんときにんじん みずな まっちゃん |
| 6 (水) | ごはん さけのしおやき だいたいサラダ いものこじる | 625 | 2.6 | ぎゅうにゅう さけ だいたい ロースハム とりにく とうふ みそ あぶらあげ | ごはん ノンエッグマヨネーズ えびいも | キャベツ にんじん ほうれんそう だいこん ねぎ |
| 7 (木) | セルフカツサンド(コッペパン)(ソース) そえやさい コンソメスープ | 594 | 2.8 | ぎゅうにゅう トンカツ とりにく | コッペパン(きかく) こめあぶら じゃがいも | キャベツ にんじん とうもろこし たまねぎ だいこん |
| 8 (金) | ごはん さばのみそだれ おひたし とりにくとはくさいのよせなべふう | 676 | 2.0 | ぎゅうにゅう さば みそ いとかつおけずりぶし とりにく とうふ | ごはん さとう でんぷん | しょうが こまつな にんじん キャベツ ねぎ はくさい だいこん たまねぎ えのきたけ |
| 11 (月) | ポークカレーライス(ごはん) ゆずかあえ ござかな ㊟ | 604 | 1.8 | ぎゅうにゅう ぶたにく ござかな | ごはん じゃがいも さつまいも こめあぶら カレールウ さとう | にんじん たまねぎ かぶ きんときにんじん はくさい ゆず |
| 12 (火) | ごはん すじか はるさめサラダ もやしのみそからスープ ◆ジビエの日 | 615 | 2.5 | ぎゅうにゅう しかにく とりにく とうふ | ごはん こめこ でんぷん こめあぶら さとう はるさめ ごまあぶら じゃがいも | しょうが たまねぎ にんじん たけのこ ピーマン しいたけ キャベツ もやし ねぎ はくさいキムチ |
| 13 (水) | ごはん あじのなんばんづけ しのだあえ にとこ | 634 | 2.0 | ぎゅうにゅう あじ あぶらあげ ぶたにく あずき | ごはん でんぷん こめこ こめあぶら さとう えびいも | にんじん はくさい ほうれんそう だいこん きんときにんじん こんにゃく ねぎ |
| 14 (木) | ぜんりゅうふんパン イタリアンスパゲティ キャベツとコーンのサラダ みずなのスープ | 652 | 2.7 | ぎゅうにゅう ぶたにく ロースハム | ぜんりゅうふんパン スパゲティ こめあぶら さとう | たまねぎ にんじん グリンピース キャベツ とうもろこし だいこん はくさい みずな |
| 15 (金) | ★わかめごはん さわらのごまふうみやき かつおあえ こうやどうふのもの | 629 | 2.7 | ぎゅうにゅう わかめ さわら とりにく いとかつおけずりぶし こうやどうふ | ごはん さとう ごま じゃがいも | しょうが こまつな はくさい にんじん きんときにんじん たまねぎ ねぎ |
| 18 (月) | ごはん とりにくのこうじあげ あまぎあえ みそふうみスープ | 659 | 2.0 | ぎゅうにゅう とりにく とうふ みそ | ごはん こめこ でんぷん こめあぶら さつまいも さとう | しょうが にんにく にんじん こまつな キャベツ だいこん たまねぎ ねぎ |
| 19 (火) | きりぼしだいこんのピビンバ(ごはん) わかめスープ みかん 【除去食対応有り】 | 614 | 2.4 | ぎゅうにゅう ぎゅうにく いりたまご とりにく わかめ | 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 ほうれんそう はくさい たまねぎ みかん |
| 20 (水) | ごはん いわしのかばやき ごまだれあえ よしのじる | 630 | 2.3 | ぎゅうにゅう いわし とりにく あぶらあげ | ごはん でんぷん こめこ こめあぶら さとう ごま ねりごま | みずな キャベツ にんじん だいこん たまねぎ ねぎ |
| 21 (木) | あじつけパン にくだんごとかぶのシチュー オニオンドレッシングサラダ こめこのチョコレートケーキ ㊟ | 742 | 2.5 | ぎゅうにゅう ミートボール こなチーズ | あじつけパン こめこ じゃがいも オニオンドレッシング こめこのチョコレートケーキ | かぶ たまねぎ にんじん キャベツ とうもろこし |

(注) ご飯は福知山産コシヒカリを使用しています。㊟はスプーンのつく日。㊠はキッチンポットのつく日。()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12日(火)の「すじか」は、酢ぶたのぶた肉の代わりに鹿肉(福知山産)を使ったメニューです。

☆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ています。

【今月の新メニュー】

今月の新メニューは、12月5日(火)の「あずきとまっちゃんのでづくりケーキ」です。福知山産の小豆と米粉を使用して作ります。地域で採れた食材を味わっていただきます。

広告
新築・注文住宅・リフォームのことなら

ここにしかない家
KICHIHO WORK We do cordially complete work.

有限会社 大下工務店
〒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

広告

D cafe 地産地消キッチン

- ・キッチンカー
- ・米粉・米麴製品の販売
- ・こども料理教室

株式会社大一設備 飲食事業部
福知山市字堀2696番地
TEL(0773) 22-7517

広告

OFF HOUSE 0773-23-2332

BOOK-OFF 0773-25-3535

HARD-OFF 0773-23-2277

福島文進堂 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。