

# 令和5年12月 学校給食献立予定表

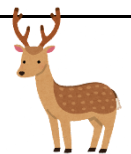
(中学校)



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 820	塩分 g 基準値 2.5	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)	ご飯 たらしそ揚げ みぶ菜とささ身の和え物 さつまいものみそ汁	710	2.7	牛乳 たら とりささ身 豆腐 みそ	ご飯 米粉 でん粉 米油 砂糖 さつまいも	赤じそ みぶ菜 大根 にんじん 玉ねぎ キャベツ ねぎ
4 (月)	ご飯 照り焼きハンバーグ かんぴょうサラダ とり肉と大根の煮物 ◆カル秀メニューの日	821	2.6	牛乳 ハンバーグ まぐろ油漬け とり肉 厚揚げ がんもどき	ご飯 砂糖 でん粉 じゃがいも	かんぴょう キャベツ にんじん ほうれん草 大根 こんにゃく
5 (火)	高菜ぶた肉丼(ご飯) すまし汁 小豆と抹茶の手作りケーキ	750	2.3	牛乳 ぶた肉 かまぼこ 小豆 油揚げ 豆乳	ご飯 米油 砂糖 米粉 グラニュー糖	高菜漬け にんじん 竹の子 しょうが にんにく ねぎ 白菜 大根 金時にんじん 水菜 抹茶
6 (水)	ご飯 さけの塩焼き 大豆サラダ いもの子汁	743	3.0	牛乳 さけ 大豆 ロースハム とり肉 豆腐 みそ 油揚げ	ご飯 ノンエッグマヨネーズ えびいも	キャベツ にんじん ほうれん草 大根 ねぎ
7 (木)	セルフカツサンド(コッペパン)(ソース) 添え野菜 コンソメスープ	742	3.5	牛乳 トンカツ とり肉	コッペパン(規格) 米油 じゃがいも	キャベツ にんじん とうもろこし 玉ねぎ 大根
8 (金)	ご飯 さばのみそだれ おひたし とり肉と白菜の寄せ鍋風	804	2.4	牛乳 さば みそ 糸かつお削り節 とり肉 豆腐	ご飯 砂糖 でん粉	しょうが 小松菜 にんじん キャベツ 白菜 大根 玉ねぎ えのきたけ ねぎ
11 (月)	ポークカレーライス(ご飯) ゆず香和え 小魚 ㊟	709	2.1	牛乳 ぶた肉 小魚	ご飯 じゃがいも さつまいも 米油 カレールウ 砂糖	にんじん 玉ねぎ かぶ 金時にんじん 白菜 ゆず
12 (火)	ご飯 酢鹿 春雨サラダ もやしのピリ辛スープ ◆ジビエの日	731	2.9	牛乳 鹿肉 とり肉 豆腐	ご飯 米粉 でん粉 米油 砂糖 春雨 ごま油 じゃがいも	しょうが 玉ねぎ にんじん 竹の子 ピーマン しいたけ キャベツ もやし ねぎ 白菜キムチ
13 (水)	ご飯 あじの南蛮漬け 信田和え いとこ煮	754	2.3	牛乳 あじ 油揚げ ぶた肉 小豆	ご飯 でん粉 米粉 米油 砂糖 えびいも	にんじん 白菜 ほうれん草 大根 金時にんじん こんにゃく ねぎ
14 (木)	全粒粉パン イタリアンスパゲティ キャベツとコーンのサラダ 水菜のスープ	755	3.2	牛乳 ぶた肉 ロースハム	全粒粉パン スパゲティ 米油 砂糖	玉ねぎ にんじん グリンピース キャベツ とうもろこし 大根 白菜 水菜
15 (金)	★わかめご飯 さわらのごま風味焼き かつお和え 高野豆腐の煮物	748	3.2	牛乳 わかめ さわら 糸かつお削り節 高野豆腐 とり肉	ご飯 砂糖 ごま じゃがいも	しょうが 小松菜 白菜 にんじん 金時にんじん 玉ねぎ ねぎ
18 (月)	ご飯 とり肉のこうじ揚げ 甘酢和え みそ風味スープ	780	2.4	牛乳 とり肉 豆腐 みそ	ご飯 米粉 でん粉 米油 さつまいも 砂糖	しょうが にんにく にんじん 小松菜 キャベツ 大根 玉ねぎ ねぎ
19 (火)	切干し大根のビビンバ(ご飯) わかめスープ みかん 【除去食対応有り】	719	2.8	牛乳 牛肉 炒り卵 とり肉 わかめ	ご飯 砂糖 米油 じゃがいも	にんにく にんじん 切干し大根 ほうれん草 白菜 玉ねぎ みかん
20 (水)	ご飯 いわしのかば焼き ごまだれ和え 吉野汁	752	2.7	牛乳 いわし とり肉 油揚げ	ご飯 でん粉 米粉 米油 砂糖 ごま ねりごま	水菜 キャベツ にんじん 大根 玉ねぎ ねぎ
21 (木)	味付けパン 肉団子とかぶのシチュー オニオンドレッシングサラダ 米粉のチョコレートケーキ ㊟	901	3.0	牛乳 ミートボール 粉チーズ	味付けパン 米粉 じゃがいも オニオンドレッシング 米粉のチョコレートケーキ	かぶ 玉ねぎ 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。㊟はスプーンのつくり日。㊠はキッチンポットのつくり日。( )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「酢鹿」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「小豆と抹茶の手作りケーキ」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  
KICHTO WORK We do carefully 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

地産地消キッチン  
D1 cafe

- ・キッチンカー
- ・米粉・米麺製品の販売
- ・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。