

令和6年5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		
				体をつくるもとになる (赤)	エネルギーのもとになる (黄)	体の調子を整えるもとになる (緑)
1 (水)	★五目ご飯 かつおフライ (ソース) 若竹汁 子どもの日ゼリー	768	3.4	牛乳 かつおフライ わかめ 豆腐 かぶと形かまぼこ 油揚げ とり肉	ご飯 米油 子どもの日ゼリー	玉ねぎ 竹の子 にんじん ごぼう まいたけ こんにゃく
2 (木)	黒糖パン タンドリーチキン キャベツとコーンのサラダ コンソメスープ	748	2.8	牛乳 とり肉 ヨーグルト	黒糖パン 米油 砂糖 じゃがいも	にんにく キャベツ 水菜 にんじん とうもろこし ねぎ 玉ねぎ 白菜
7 (火)	カレーライス (ご飯) スパゲティサラダ 小魚 ㊸	769	2.1	牛乳 牛肉 小魚	ご飯 じゃがいも 米油 カレールウ ノンエッグマヨネーズ 砂糖 スパゲティ	にんじん 玉ねぎ 白菜 きゅうり
8 (水)	ご飯 とり肉のから揚げ えのきたけの和え物 ふのみそ汁	742	2.3	牛乳 とり肉 みそ	ご飯 でん粉 米油 砂糖 ふ	しょうが にんにく キャベツ えのきたけ 小松菜 にんじん もやし 大根 白菜 ねぎ
9 (木)	小型パン ベンネのポロネーゼ とうもろこしのスープ 河内晩柑	748	3.2	牛乳 ぶたひき肉 粉チーズ とり肉	小型パン ベンネ 米油	玉ねぎ にんじん ピーマン トマト キャベツ とうもろこし ほうれん草 河内晩柑
10 (金)	ご飯 さばの塩焼き 五色和え とり肉と野菜の煮物	761	2.6	牛乳 さば ひじき とり肉 焼き豆腐	ご飯 砂糖 じゃがいも	キャベツ にんじん 小松菜 とうもろこし こんにゃく 玉ねぎ 大根 ねぎ
13 (月)	こぎつね丼 (ご飯) キャベツのみそ汁 黄桃	746	2.2	牛乳 とり肉 油揚げ 豆腐 みそ	ご飯 米油 砂糖 じゃがいも	玉ねぎ にんじん ほうれん草 キャベツ 大根 ねぎ 黄桃
14 (火)	ご飯 マーボー豆腐 春巻き ミトマト (2)	834	2.0	牛乳 豆腐 ブチ豆腐 ぶたひき肉 赤みそ 春巻き	ご飯 米油 砂糖 でん粉	しょうが にんにく にんじん 玉ねぎ ねぎ ミトマト
15 (水)	ご飯 さけの照り焼き 塩昆布和え 高野豆腐の煮物	723	2.7	牛乳 さけ 塩昆布 高野豆腐 ぶた肉	ご飯 砂糖 でん粉	しょうが キャベツ 水菜 にんじん 玉ねぎ
16 (木)	チキンポテトサンドイッチ (コッペパン) 切干し大根の洋風炒め ビーフンのスープ	743	3.7	牛乳 とりささ身 ベーコン	コッペパン (規格) じゃがいも 砂糖 ノンエッグマヨネーズ 米油 ビーフン	とうもろこし 玉ねぎ 切干し大根 にんじん 小松菜 ぶなしめじ 白菜 もやし ねぎ
17 (金)	ご飯 たらしのし揚げ かつお和え すまし汁	726	2.3	牛乳 たら 糸かつお削り節 とり肉 油揚げ	ご飯 でん粉 米油 砂糖 じゃがいも	赤しそ キャベツ 大根 にんじん 玉ねぎ ほうれん草
20 (月)	ご飯 厚揚げのみそ炒め かんぴょうサラダ たぬき汁 ◆カル秀メニュー	727	2.4	牛乳 ぶた肉 厚揚げ 赤みそ ロースハム とり肉	ご飯 米油 砂糖 じゃがいも	キャベツ 玉ねぎ にんじん しょうが ねぎ かんぴょう 白菜 小松菜 こんにゃく 大根
21 (火)	ツナそぼろ丼 (ご飯) 【除去食対応有り】 油揚げのみそ汁 カクテルゼリーのフルーツ和え ㊸	760	2.6	牛乳 まぐろ油漬 ひじき 炒り卵 油揚げ みそ	ご飯 砂糖 じゃがいも カクテルゼリー	しょうが 玉ねぎ にんじん ほうれん草 大根 ねぎ みかん 黄桃
22 (水)	ご飯 ホキのオーロラソース 春雨サラダ もずくのスープ	716	2.5	牛乳 ホキ もずく ぶた肉	ご飯 でん粉 米油 砂糖 ノンエッグマヨネーズ 春雨	にんじん 白菜 もやし 水菜 玉ねぎ キャベツ
23 (木)	味付けパン かぼちゃひき肉フライ さきいかのサラダ 新玉ねぎのスープ煮	833	3.4	牛乳 かぼちゃひき肉フライ さきいか とり肉	味付けパン 米油 砂糖	大根 にんじん みぶ菜 玉ねぎ ねぎ 白菜
24 (金)	★麦ご飯 シイラの粒マスタード焼き 青じそドレッシングサラダ 豆腐のみそ汁	701	2.7	牛乳 シイラ 豆腐 ぶた肉 みそ 油揚げ	ご飯 じゃがいも 大麦	キャベツ 水菜 にんじん ねぎ 大根
27 (月)	ご飯 とり肉のレモン和え ごまだれ和え じゃがいものみそ汁	806	2.4	牛乳 とり肉 ぶた肉 みそ	ご飯 でん粉 米油 砂糖 ごま 練りごま じゃがいも	レモン キャベツ にんじん ほうれん草 玉ねぎ ねぎ
28 (火)	ご飯 関東煮 たくあん和え こまつなふりかけ	712	2.2	牛乳 とり肉 厚揚げ まぐろ油漬 糸かつお削り節	ご飯 じゃがいも 砂糖 ごま	大根 にんじん たくあん 白菜 もやし 小松菜 こんにゃく
29 (水)	ご飯 さわらのコチュジャン焼き 甘酢和え 切干し大根の炒り煮	731	2.2	牛乳 さわら 油揚げ ぶた肉	ご飯 砂糖 じゃがいも 米油	にんにく にんじん 小松菜 キャベツ 切干し大根 こんにゃく
30 (木)	ミルクパン マカロニのミートグラタン ポトフ ヨーグルト ㊸	842	3.1	牛乳 とりひき肉 ベーコン ヨーグルト	ミルクパン マカロニ 米油 じゃがいも	玉ねぎ ぶなしめじ にんじん 白菜 小松菜 トマト
31 (金)	ご飯 あじのオニオンソース 糸こんにゃくの炒め物 そうめんのすまし汁	738	2.7	牛乳 あじ 竹輪 油揚げ	ご飯 でん粉 米油 砂糖 そうめん	玉ねぎ にんじん 糸こんにゃく ほうれん草 えのきたけ もやし ねぎ

(注) ご飯は福知山産コシヒカリを使用しています。㊸はスプーンの数。 () 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)

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
KICHIJO WORK We do cordially complete work.

有限会社 **大下工務店**
OSHITA

〒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

D1cafe

- ・キッチンカー
- ・米糴甘酒商品
- ・米粉商品 (グルテンフリー)
- ・カフェ (末広町・10月オープン)

株式会社大一設備 飲食事業部
福知山市蛇ヶ端2696番地 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 エコタウン
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、広告主に直接お問合わせください。