

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 (月)	ごはん とりにくのレモンあえ まんがんじあまとうのおかかいため こんさいみそしる	718	2.3	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく あぶらあげ みそ いたかつおけずりぶし	ごはん でんぶん こめあぶら さとう	レモン まんがんじあまとう にんじん こんにやく だいこん たまねぎ ごぼう ねぎ
2 (火)	ごはん すきやきふうに ひじきのサラダ とうもろこし	598	1.8	ぎゅうにゅう ぶたにく やきどうふ ひじき	ごはん ふ じゃがいも こめあぶら さとう	いとこんにやく ねぎ たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり とうもろこし
3 (水)	ごはん あじのカレーあげ ごまドレッシングサラダ あぶらあげのみそしる	580	1.8	ぎゅうにゅう あじ とりにく あぶらあげ みそ	ごはん でんぶん こめあぶら ごまドレッシング	しょうが キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ なす こまつな
4 (木)	ハムポテトサンドイッチ (コッパパン) ミネストローネ パインアップル	606	2.9	ぎゅうにゅう ロースハム ぶたにく	コッパパン (きかく) じゃがいも ノンエッグマヨネーズ こめあぶら	みずな きゅうり たまねぎ にんじん キャベツ モロコちまめ トマト パインアップル
5 (金)	ツナずし (★すしめし) あまのがわじる たなばたゼリー	581	2.5	ぎゅうにゅう まぐろあぶらづけ あぶらあげ ほしがたかまぼこ	ごはん さとう そうめんぶし たなばたゼリー	たまねぎ にんじん ほししいたけ かんぴょう きゅうり ほうれんそう
8 (月)	ごはん あじフライ (ソース) アップルサラダ みそふうみスープ	633	2.6	ぎゅうにゅう あじフライ ロースハム ぶたにく とうふ みそ	ごはん 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 りんご たまねぎ こまつな
9 (火)	きりほしだいこんのピピンバ (ごはん) はるさめスープ ココアのでづくりケーキ	658	2.4	ぎゅうにゅう ぎゅうにく とりにく とうにゅう	ごはん さとう こめあぶら はるさめ こめこ グラニューとう	にんにく にんじん きりほしだいこん とうもろこし ほうれんそう たまねぎ もやし ねぎ
10 (水)	ごはん さばのみそだれ おひたし とうふのすましじる	624	1.8	ぎゅうにゅう さば みそ いたかつおけずりぶし とうふ わかめ	ごはん さとう でんぶん	しょうが こまつな にんじん キャベツ たまねぎ えのきたけ ねぎ
11 (木)	こくとうパン ベーコンとなつやさいのカップやき マカロニスープ フルーツあえ ◆カル秀メニュー	703	2.8	ぎゅうにゅう ベーコン チーズ ぶたにく	こくとうパン こめあぶら ノンエッグマヨネーズ かいマカロニ じゃがいも	かぼちゃ たまねぎ なす とうもろこし にんじん みずな みかん パインアップル おうとう ナタデココ
12 (金)	ごはん はるまき きゅうりのかおりづけ たまごスープ ふりかけ (のりかつお) 【除去食対応有り】	658	2.2	ぎゅうにゅう はるまき とりにく たまご ふりかけ (のりかつお)	ごはん こめあぶら ごま さとう ごまあぶら ラーゆ	きゅうり ぶなしめじ にんじん たまねぎ こまつな
16 (火)	ごはん あつあげとキムチのいためもの だいこんナムル ぶのみそしる	594	3.1	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ かまぼこ あぶらあげ みそ	ごはん こめあぶら さとう ごまあぶら ふ じゃがいも	はくさいキムチ キャベツ たまねぎ にんじん こまつな だいこん きゅうり ねぎ こんにやく
17 (水)	なつやさいのチキンカレーライス (ごはん) キャベツのサラダ こざかな	629	2.0	ぎゅうにゅう とりにく こざかな まぐろあぶらづけ	ごはん じゃがいも こめあぶら カレールウ さとう	にんにく にんじん たまねぎ なす ピーマン キャベツ みずな
18 (木)	あじつけパン デミグラスソースハンバーグ スープに すいか	706	2.5	ぎゅうにゅう ハンバーグ スライスウインナーソーセージ	あじつけパン こめあぶら さとう	たまねぎ キャベツ にんじん ほうれんそう とうもろこし すいか

(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。() 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)

NEWS

今年度初めて使用する地場産物を紹介します！



福知山市学校給食センターでは、年間を通じて、福知山市で栽培された野菜をたくさん使用しています。

7月は、きゅうりやなす、ピーマンなどの夏野菜はもちろん、にんじんや玉ねぎ、ねぎなど17種類の地場産物を使用します。

また、今年度初めて使用するとうもろこしやすいかも登場する予定です。農家の方が丹精込めて作られた地場産物を味わって
いただきましょう。

2日(火)使用



戸田・大江・下豊富地域で
栽培されたものを使用します！

18日(木)使用



戸田・夜久野地域で
栽培されたものを
使用します！

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 condnally 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

D1cafe

・キッチンカー
・米糀甘酒商品
・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。