

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 (月)	ご飯 とり肉のレモン和え 万願寺甘とうのおかか炒め 根菜みそ汁	854	2.8	牛乳 とり肉 ぶた肉 油揚げ みそ 糸かつお削り節	ご飯 でん粉 米油 砂糖	レモン 万願寺甘とう にんじん こんにゃく 大根 玉ねぎ ごぼう ねぎ
2 (火)	ご飯 すき焼き風煮 ひじきのサラダ とうもろこし	702	2.1	牛乳 ぶた肉 焼き豆腐 ひじき	ご飯 ふ じゃがいも 米油 砂糖	糸こんにゃく ねぎ 玉ねぎ にんじん キャベツ きゅうり とうもろこし
3 (水)	ご飯 あじのカレー揚げ ごまドレッシングサラダ 油揚げのみそ汁	683	2.1	牛乳 あじ とり肉 油揚げ みそ	ご飯 でん粉 米油 ごまドレッシング	しょうが キャベツ きゅうり にんじん 玉ねぎ なす 小松菜
4 (木)	ハムポテトサンドイッチ (コッペパン) ミネストローネ パインアップル	733	3.6	牛乳 ロースハム ぶた肉	コッペパン (規格) じゃがいも ノンエッグマヨネーズ 米油	水菜 きゅうり 玉ねぎ にんじん キャベツ モロコシ トマト パインアップル
5 (金)	ツナずし (★すし飯) 天の川汁 七タゼリー	683	3.0	牛乳 まぐろ油漬け 油揚げ 星形かまぼこ	ご飯 砂糖 そうめんふし 七タゼリー	玉ねぎ にんじん 干しいたけ かんぴょう きゅうり ほうれん草
8 (月)	ご飯 あじフライ (ソース) アップルサラダ みそ風味スープ	721	2.9	牛乳 あじフライ ロースハム ぶた肉 豆腐 みそ	ご飯 米油 砂糖 じゃがいも	キャベツ きゅうり にんじん りんご 玉ねぎ 小松菜
9 (火)	切干し大根のビビンバ (ご飯) 春雨スープ ココアの手作りケーキ	782	2.9	牛乳 牛肉 とり肉 豆乳	ご飯 砂糖 米油 春雨 米粉 グラニュー糖	にんにく にんじん 切干し大根 とうもろこし ほうれん草 玉ねぎ もやし ねぎ
10 (水)	ご飯 さばのみそだれ おひたし 豆腐のすまし汁	742	2.1	牛乳 さば みそ 糸かつお削り節 豆腐 わかめ	ご飯 砂糖 でん粉	しょうが 小松菜 にんじん キャベツ 玉ねぎ えのきたけ ねぎ
11 (木)	黒糖パン ベーコンと夏野菜のカップ焼き ② マカロニスープ フルーツ和え ◆カル秀メニュー	856	3.4	牛乳 ベーコン チーズ ぶた肉	黒糖パン 米油 ノンエッグマヨネーズ 貝マカロニ じゃがいも	かぼちゃ 玉ねぎ なす とうもろこし にんじん 水菜 みかん パインアップル 黄桃 ナタデココ
12 (金)	ご飯 春巻き きゅうりの香り漬け 卵スープ ふりかけ (のりかつお) 【除去食対応有り】	752	2.5	牛乳 春巻き とり肉 卵 ふりかけ (のりかつお)	ご飯 米油 ごま 砂糖 ごま油 ラー油	きゅうり ぶなしめじ にんじん 玉ねぎ 小松菜
16 (火)	ご飯 厚揚げとキムチの炒め物 大根ナムル ふのみそ汁	705	3.6	牛乳 ぶた肉 厚揚げ かまぼこ 油揚げ みそ	ご飯 米油 砂糖 ごま油 ふ じゃがいも	白菜キムチ キャベツ 玉ねぎ にんじん 小松菜 大根 きゅうり ねぎ こんにゃく
17 (水)	夏野菜のチキンカレーライス (ご飯) キャベツのサラダ 小魚 ②	745	2.3	牛乳 とり肉 小魚 まぐろ油漬け	ご飯 じゃがいも 米油 カレールウ 砂糖	にんにく にんじん 玉ねぎ なす ピーマン キャベツ 水菜
18 (木)	味付けパン デミグラスソースハンバーグ スープ煮 すいか	872	3.1	牛乳 ハンバーグ スライスウインナーソーセージ	味付けパン 米油 砂糖	玉ねぎ キャベツ にんじん ほうれん草 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。②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

KICHITO 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

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@daichi-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

エコータウン

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、広告主に直接お問い合わせください。