

令和6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)
2 (月)	ご飯 みそおでん さきいかのかみかみサラダ 味付けのり	764	3.1	牛乳 とり肉 がんもどき 白みそ さきいか 味付けのり	ご飯 じゃがいも 米油 砂糖	しょうが 大根 こんにゃく 金時にんじん にんじん キャベツ ほうれん草
3 (火)	ご飯 さつまいもとぶた肉の甘酢煮 そうめんふしのすまし汁 りんご	783	2.7	牛乳 ぶた肉	ご飯 でん粉 さつまいも 米油 砂糖 そうめんふし	玉ねぎ 白菜 にんじん えのきたけ ねぎ りんご
4 (水)	ご飯 さわらのマヨネーズ焼き 信田和え かす汁	755	2.5	牛乳 さわら 油揚げ とり肉 豆腐 みそ	ご飯 ノンエッグマヨネーズ 砂糖 さつまいも 酒かす	玉ねぎ ほうれん草 白菜 にんじん 大根 こんにゃく ねぎ
5 (木)	バターパン ポークビーンズ かんぴょうサラダ 小魚 ㊟	833	3.3	牛乳 ぶた肉 大豆 豆乳 ロースハム 小魚	バターパン じゃがいも 米油 砂糖	玉ねぎ 白菜 にんじん トマト かんぴょう キャベツ ほうれん草
6 (金)	ご飯 にぎすの磯辺揚げ(2) ごまだれ和え 筑前煮	759	3.0	牛乳 とり肉 にぎす 青のり 竹輪	ご飯 小麦粉 米油 ごま 練りごま えびいも 砂糖	にんじん 春菊 キャベツ 金時にんじん 大根 こんにゃく 竹の子 れんこん
9 (月)	もずく丼(ご飯) えびいものごま揚げ 大根のすまし汁	753	2.6	牛乳 もずく ぶたひき肉 雪だるま形かまぼこ 豆腐	ご飯 米油 砂糖 えびいも でん粉 ごま	玉ねぎ にんじん しょうが とうもろこし 小松菜 白菜 大根 ねぎ
10 (火)	ご飯 厚揚げの和風マーボー コールスロー ◆カル秀メニュー 米粉のタルト(ブルーベリー)	853	1.8	牛乳 ぶたひき肉 厚揚げ プチ豆腐 赤みそ ロースハム	ご飯 米油 砂糖 でん粉 ノンエッグマヨネーズ 米粉のタルト(ブルーベリー)	にんじん 玉ねぎ 白菜 しょうが ねぎ キャベツ 大根 とうもろこし
11 (水)	ご飯 あじのおろしソース れんこんの甘辛炒め 白菜のみそ汁	766	2.7	牛乳 あじ とり肉 油揚げ 豆腐 わかめ みそ	ご飯 でん粉 米油 砂糖	大根 にんじん れんこん こんにゃく 白菜 ねぎ
12 (木)	セルフあんバターサンド(コッパパン) オニオンドレッシングサラダ 豆乳スープ ㊟	791	3.2	牛乳 小豆 とり肉 豆乳	コッパパン(規格) 砂糖 さつまいも オニオンドレッシング でん粉 バター	キャベツ 水菜 にんじん 玉ねぎ 白菜
13 (金)	ご飯 さけの照り焼き ツナ和え そぼろ煮	720	2.4	牛乳 さけ まぐろ油漬け とりひき肉 厚揚げ	ご飯 砂糖 でん粉 米油	しょうが キャベツ ほうれん草 にんじん 大根 金時にんじん 白菜 こんにゃく
16 (月)	ご飯 とり肉のから揚げ かぶのゆず香和え 油揚げのみそ汁	804	2.4	牛乳 とり肉 油揚げ みそ	ご飯 でん粉 砂糖 さつまいも 米油	しょうが にんにく にんじん 水菜 かぶ ゆず 玉ねぎ 白菜 ねぎ
17 (火)	切干し大根のビビンバ(ご飯) サンラータン みかん 【除去食対応有り】	751	2.8	牛乳 牛肉 卵 とり肉 豆腐	ご飯 砂糖 ごま油 ごま ラー油	にんにく にんじん 切干し大根 小松菜 もやし ねぎ キャベツ みかん
18 (水)	ご飯 ホキのチーズ焼き ごぼうサラダ 呉汁	741	2.8	牛乳 ホキ ナチュラルチーズ まぐろ油漬け ぶた肉 油揚げ 大豆ペースト みそ	ご飯 砂糖 ノンエッグマヨネーズ ごま	ごぼう もやし にんじん 金時にんじん 大根 白菜 ねぎ 小松菜
19 (木)	全粒粉パン ブルーベリージャム かぼちゃひき肉フライ 大根のサラダ とうもろこしのスープ	791	3.4	牛乳 かぼちゃひき肉フライ とり肉	全粒粉パン 米油 砂糖 ブルーベリージャム	大根 にんじん 水菜 とうもろこし 玉ねぎ 白菜
20 (金)	ご飯 さばの塩焼き みぶ菜の甘酢和え あらめの炒め煮	769	3.3	牛乳 さば 竹輪 ぶた肉 あらめ がんもどき みそ	ご飯 砂糖 米油	にんじん みぶ菜 キャベツ 竹の子 グリンピース こんにゃく
23 (月)	チキンカレーライス(ご飯) ごまサラダ 米粉のケーキ(チョコ) ㊟	835	2.2	牛乳 とり肉 ロースハム	ご飯 じゃがいも 米油 カレールウ 砂糖 ごま 米粉のケーキ(チョコ)	にんじん 玉ねぎ キャベツ ほうれん草

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

※学校給食費12月期(第7期)の口座振替は1月6日(月)です。尚、12月期(第7期)については、再振替を行いませんのでご注意ください。

手洗い忘れていませんか?

外から帰った時

せきやくしゃみをした時

トイレの後

ごはんを食べる前

こまめに手洗いをしましょう。

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

福島文通堂

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。