

令和7年1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)
9 (木)	カレーミートサンド (コッペパン) きゅうりのサラダ 白菜のスープ ㊷	713	3.3	牛乳 ぶたひき肉	コッペパン (規格) 米油 カレールウ でん粉 砂糖 ジャがいも	玉ねぎ にんじん とうもろこし キャベツ きゅうり 白菜
10 (金)	ご飯 ぶりの竜田揚げ 紅白なます 京風みそ汁	756	2.2	牛乳 ぶり みそ 白みそ 油揚げ	ご飯 でん粉 米油 砂糖 えびいも 里いも	しょうが 大根 ゆず にんじん 玉ねぎ 水菜
14 (火)	高菜ぶた肉丼 (ご飯) 大根のうま煮 ヨーグルト	731	2.4	牛乳 ぶた肉 とり肉 がんもどき ヨーグルト	ご飯 米油 砂糖 ジャがいも	高菜漬け にんじん しょうが 玉ねぎ ねぎ 大根 こんにゃく
15 (水)	ご飯 シイラのごまじょうゆ うの花の炒り煮 みそ風味スープ	691	2.6	牛乳 シイラ おから 豆腐 みそ とり肉	ご飯 米油 砂糖 ごま ジャがいも	糸こんにゃく 干しいたけ にんじん 玉ねぎ ねぎ キャベツ
16 (木)	黒糖パン かぼちゃひき肉フライ キャベツのサラダ 大根のスープ	754	3.1	牛乳 かぼちゃひき肉フライ	黒糖パン 米油 砂糖	キャベツ にんじん きゅうり 白菜 大根 玉ねぎ
17 (金)	ご飯 さばのオイスターソース焼き スパゲティサラダ 吉野汁	738	2.3	牛乳 さば 豆腐	ご飯 砂糖 スパゲティ ノンエッグマヨネーズ でん粉	しょうが キャベツ えのきたけ にんじん 玉ねぎ 大根 小松菜
20 (月)	ご飯 照り焼きハンバーグ みそきんぴら そうめんふしのすまし汁	730	3.0	牛乳 ハンバーグ とり肉 赤みそ みそ 大豆	ご飯 砂糖 でん粉 米油 そうめんふし	にんじん ごぼう こんにゃく 白菜 玉ねぎ 大根 ねぎ
21 (火)	ツナそぼろ丼 (ご飯) ジャがいものみそ汁 型抜きチーズ	700	2.4	牛乳 まぐろ油漬け 油揚げ みそ 型抜きチーズ	ご飯 砂糖 ジャがいも	しょうが 玉ねぎ 白菜 にんじん こんにゃく 小松菜
22 (水)	ご飯 ぶた肉と厚揚げの煮物 ひじきのサラダ 手作りふりかけ ◆カル秀メニュー	692	1.5	牛乳 ひじき 厚揚げ ぶた肉 大豆フレーク 糸かつお削り節	ご飯 ジャがいも 砂糖 米油 ごま	大根 にんじん 玉ねぎ ねぎ キャベツ
23 (木)	味付けパン 肉団子とさつまいもの甘酢あんかけ イタリアンドレッシングサラダ 玉ねぎのスープ	824	3.3	牛乳 ミートボール	味付けパン さつまいも 米油 砂糖 でん粉 イタリアンドレッシング	玉ねぎ にんじん 大根 キャベツ きゅうり 白菜 ほうれん草 ぶなしめじ
24 (金)	テーマ: 森の京都 森の京都カレー (ご飯) みぶ菜のソテー みかん ㊷	704	1.8	牛乳 しか肉	ご飯 ジャがいも オリーブ油 米油 カレールウ	にんにく にんじん 玉ねぎ しいたけ キャベツ みぶ菜 みかん
27 (月)	テーマ: お茶の京都 ご飯 とり肉のまっ茶から揚げ 水菜と揚げのすき焼き風煮 まっ茶入りふりかけ	840	2.3	牛乳 とり肉 油揚げ ぶた肉 焼き豆腐	ご飯 でん粉 米油 ジャがいも 砂糖 ふ	しょうが にんにく まっ茶 水菜 糸こんにゃく 玉ねぎ にんじん まっ茶入りふりかけ
28 (火)	テーマ: 竹の里 乙訓、京都市 ご飯 竹の子とぶた肉のみそ炒め しば漬け和え 湯葉のおすまし	695	2.5	牛乳 ぶた肉 厚揚げ 赤みそ 湯葉 豆腐	ご飯 米油 砂糖	竹の子 にんじん 玉ねぎ キャベツ しょうが 白菜 きゅうり しば漬け 大根 ねぎ
29 (水)	テーマ: 海の京都 丹後のばら寿司 (★すし飯) 福煮 りんご 【除去食対応有り】	707	2.8	牛乳 さば かまぼこ 錦糸卵 とり肉 黒豆	ご飯 砂糖 米油	干しいたけ かんぴょう にんじん 竹の子 グリーンピース 大根 こんにゃく ごぼう れんこん りんご
30 (木)	テーマ: 福知山市 全粒粉パン 酒かすチャウダー 地場産野菜たっぷりサラダ 米粉のタルト (りんご) ㊷	859	3.2	牛乳 とり肉 豆乳	全粒粉パン 米油 酒かす 砂糖 えびいも 米粉のタルト (りんご)	金時にんじん かぶ 玉ねぎ 白菜 キャベツ にんじん 春菊
31 (金)	ご飯 さわらのみそだれ 信田和え ぶた肉と野菜の煮物	726	2.2	牛乳 さわら みそ 油揚げ ぶた肉	ご飯 砂糖 でん粉 ジャがいも	しょうが ほうれん草 白菜 にんじん こんにゃく 玉ねぎ ねぎ

(注) ご飯は福知山産コシヒカリを使用しています。㊷はスプーンのつくり。() 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1月期(第8期)の口座振替は1月31日(金)です。振替口座の残高不足にご注意ください。

1月24日~30日は全国学校給食週間

まるっと京都 味めぐり



全国学校給食週間とは、学校給食の意義や役割への理解を深めることを目的に全国で様々な行事が行われる期間のことです。今年には特別献立として、みなさんが住んでいる京都府の食材を使ったメニューや郷土料理が登場します。

※詳しい献立の説明については、たのしい食育をご覧ください。

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
RIGHT TO 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

D1 cafe

- ・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1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、広告主に直接お問合わせください。