

令和7年4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)
10 (木)	小型パン 焼きスパゲティ じゃがいものスープ煮 黄桃	726	3.6	牛乳 ぶた肉 青のり ベーコン	小型パン スパゲティ 米油 じゃがいも	玉ねぎ にんじん キャベツ 白菜 とうもろこし 黄桃
11 (金)	ご飯 とり肉のから揚げ 信田和え 玉ねぎのみそ汁	774	2.4	牛乳 とり肉 油揚げ みそ	ご飯 でん粉 米油 砂糖	しょうが にんにく ほうれん草 白菜 にんじん 玉ねぎ 大根 キャベツ ねぎ
14 (月)	チキンカレーライス (ご飯) 甘酢和え 小魚 ②	694	3.1	牛乳 とり肉 小魚	ご飯 じゃがいも 米油 カレールウ 砂糖	にんじん 玉ねぎ 大根 キャベツ 水菜
15 (火)	ご飯 すき焼き風煮 かんぴょうサラダ 手作りふりかけ	687	1.8	牛乳 ぶた肉 焼き豆腐 まぐろ油漬け 塩昆布 大豆フレーク 糸かつお削り節	ご飯 ふ じゃがいも 米油 砂糖 ごま	糸こんにゃく ねぎ 玉ねぎ にんじん かんぴょう 白菜 小松菜
16 (水)	ご飯 さばの塩焼き 水菜の和え物 高野豆腐の煮物	770	2.9	牛乳 さば 高野豆腐 とり肉	ご飯 砂糖	キャベツ 水菜 にんじん 玉ねぎ こんにゃく
17 (木)	スラッピージョー (味付けパン) ビーフンのスープ ベビーチーズ ②	816	3.5	牛乳 ぶたひき肉 大豆 ベビーチーズ	味付けパン 米油 砂糖 でん粉 ビーフン	玉ねぎ にんじん にんにく トマト キャベツ もやし 小松菜
18 (金)	ご飯 さわらのオニオンソース ポテトサラダ ぶた汁	793	2.4	牛乳 さわら ぶた肉 豆腐 みそ	ご飯 でん粉 米油 砂糖 じゃがいも ノンエッグマヨネーズ	玉ねぎ にんじん こんにゃく 大根 ほうれん草
21 (月)	ご飯 あじフライ (ソース) かつお和え みそ風味スープ	692	2.4	牛乳 あじフライ 糸かつお削り節 とり肉 豆腐 みそ	ご飯 米油 じゃがいも 砂糖	キャベツ にんじん 大根 水菜 玉ねぎ
22 (火)	ご飯 厚揚げとキムチの炒め物 ワンタンスープ ミニトマト (2)	692	3.1	牛乳 ぶた肉 厚揚げ とり肉	ご飯 米油 砂糖 ワンタン皮	白菜キムチ キャベツ 玉ねぎ にんじん 大根 小松菜 ミニトマト
23 (水)	ご飯 照り焼きハンバーグ スパゲティサラダ ふのみそ汁	753	2.9	牛乳 ハンバーグ みそ	ご飯 砂糖 でん粉 スパゲティ ノンエッグマヨネーズ ふ	キャベツ にんじん 玉ねぎ 白菜 ねぎ
24 (木)	コッペパン たらのピザソース焼き マカロニスープ お祝いいちごゼリー	736	3.2	牛乳 たら ナチュラルチーズ	コッペパン (規格) 貝マカロニ じゃがいも お祝いいちごゼリー	とうもろこし 玉ねぎ トマト にんじん ほうれんそう
25 (金)	肉みそひじきそぼろ丼 (ご飯) ごまドレッシングサラダ ちゃんこ汁	696	2.4	牛乳 とりひき肉 ひじき みそ ミートボール 豆腐	ご飯 米油 砂糖 ごまドレッシング	玉ねぎ にんじん しょうが 小松菜 キャベツ 大根 きゅうり もやし
28 (月)	ご飯 しゅうまい (3) ◆カル秀メニュー 切干し大根のサラダ マーボー豆腐	771	2.2	牛乳 しゅうまい 豆腐 プチ豆腐 ぶたひき肉 赤みそ	ご飯 米油 砂糖 でん粉	切干し大根 みぎ菜 にんじん キャベツ 玉ねぎ しょうが ねぎ
30 (水)	ご飯 さばのみそだれ ほうれん草のごま和え 吉野汁	717	2.3	牛乳 さば みそ	ご飯 砂糖 ごま でん粉	しょうが キャベツ ほうれん草 にんじん えのきたけ 白菜 玉ねぎ

(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)

※4月は学校給食費の徴収を行いません。6月から徴収を開始します。

カル秀メニューって何？

カル秀メニューとは、カルシウムの大切さを伝えるメニューのことです。
成長期であるみなさんは、骨や歯を丈夫にするカルシウムをたくさん摂る必要があります。また、カルシウムは意識して摂らないと不足しやすい栄養素でもあります。
そのため、給食センターでは、カルシウムの大切さをPRするために平成30年度から福知山城を築いた明智光秀にちなんでキャラクターを考案し、カルシウムが多く含まれる日を「カル秀メニュー」の日としました。



ひで
カル秀のプロフィール
ふくち ひで
(名前) 福知 カル秀
(住所) 福知山市
(好物) カルシウムたっぷりの食べ物

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 土師新町1丁目223-2
電話: 0773-27-0720
FAX: 0773-27-7288

広告

D1cafe

- ・カフェ
- ・キッチンカー
- ・米麹甘酒商品
- ・米粉商品(グルテンフリー)

D1 cafe
福知山市末広町3丁目24-2
TEL 45-3995 定休日: 日, 月
https://www.d1cafe-kyoto.com

広告

HARD-OFF

工具館

工具専門ハードオフ
福知山店
〒620-0855 福知山市末広町3丁目24-2
TEL 45-3995 定休日: 日, 月
https://www.hard-off-kyoto.com

Hobby OFF

おもちゃ専門 ハビーオフ

福知山店
〒620-0855 福知山市末広町3丁目24-2
TEL 45-3995 定休日: 日, 月
https://www.hobby-off-kyoto.com

広告

関西電力 power with heart

一定量までの電気料金と機器が
月々コミコミ定額に。「電化のサブスク」

はぴe セット

詳しくはこちら

関西電力株式会社 福知山営業所
福知山市駅南町3丁目82番地 TEL.0773-22-3155
[受付時間] 平日9時～12時、13時～17時
※土日、祝日、年末年始(12/29～1/3)を除く

* 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。