

令和7年6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)
2 (月)	ご飯 とり肉のから揚げ みぶ菜の甘酢和え 豆腐のみそ汁	802	2.3	牛乳 とり肉 豆腐 みそ	ご飯 でん粉 米油 砂糖	しょうが にんにく にんじん キャベツ みぶ菜 玉ねぎ 大根 ねぎ
3 (火)	ご飯 厚揚げのみそ炒め 中華スープ ミントマト(2)	714	2.4	牛乳 ぶた肉 厚揚げ 赤みそ とり肉	ご飯 米油 砂糖 じゃがいも	キャベツ 玉ねぎ いら にんじん にんにく 小松菜 ミントマト
4 (水)	ご飯 さばの塩焼き 水菜の和え物 そぼろ煮	767	2.6	牛乳 さば とりひき肉 がんもどき	ご飯 砂糖 じゃがいも	キャベツ 水菜 にんじん 玉ねぎ こんにゃく 大根
5 (木)	黒糖パン かぼちゃひき肉フライ オニオンドレッシングサラダ とうもろこしのスープ	767	3.0	牛乳 かぼちゃひき肉フライ	黒糖パン 米油 オニオンドレッシング	キャベツ きゅうり にんじん とうもろこし 玉ねぎ ほうれん草 白菜
6 (金)	ご飯 さわらの照り焼き ごま和え ちゃんご汁 ◆カル秀メニュー	716	2.4	牛乳 さわら 竹輪 とり肉 豆腐 油揚げ	ご飯 砂糖 でん粉 ごま	しょうが 白菜 もやし 小松菜 にんじん 玉ねぎ ねぎ
9 (月)	ご飯 かしわのひきずり 信田和え 手作りふりかけ	716	1.6	牛乳 とり肉 焼き豆腐 油揚げ 大豆フレーク 糸かつお削り節	ご飯 ふ じゃがいも 砂糖 ごま	こんにゃく ねぎ 玉ねぎ にんじん キャベツ ほうれん草
10 (火)	カレーライス(ご飯) ピーマンの炒め物 黄桃 ⊗	774	3.1	牛乳 牛肉 ぶた肉	ご飯 じゃがいも 米油 カレールウ ビーフン	にんじん 玉ねぎ キャベツ ほうれん草 黄桃 なす にんにく
11 (水)	ご飯 あじのオニオンソース かつお和え じゃがいものみそ汁	718	2.6	牛乳 あじ 糸かつお削り節 豆腐 みそ	ご飯 でん粉 米油 砂糖 じゃがいも	玉ねぎ 小松菜 キャベツ にんじん きゅうり
12 (木)	小型パン ポロネーゼ 水菜のスープ 型抜きチーズ	765	3.2	牛乳 ぶたひき肉 牛ひき肉 とり肉 型抜きチーズ	小型パン スパゲティ 米油 じゃがいも	玉ねぎ なす にんじん トマト 水菜
13 (金)	ぶた玉キムチ丼(ご飯) 豆腐のすまし汁 【除去食対応有り】 メロン ⊗	690	2.3	牛乳 ぶた肉 炒り卵 とり肉 豆腐	ご飯 砂糖 米油	しょうが にんにく ねぎ にんじん 白菜 白菜キムチ 玉ねぎ メロン
16 (月)	ご飯 おろしソースハンバーグ かんぴょうのごま酢和え 小松菜のみそ汁	753	2.8	牛乳 ハンバーグ ぶた肉 みそ 豆腐	ご飯 砂糖 ごま	大根 かんぴょう にんじん キャベツ きゅうり 玉ねぎ 小松菜
17 (火)	ご飯 とり肉のケチャップからめ 中華煮 ヨーグルト	855	2.2	牛乳 とり肉 ミートボール いか かまぼこ ヨーグルト	ご飯 米油 でん粉 砂糖	玉ねぎ にんじん なす ピーマン 白菜 小松菜 にんにく
18 (水)	★菜飯 たらのコーンマヨネーズ焼き ツナ和え ワンタンスープ	749	3.5	牛乳 たら まぐろ油漬 とり肉	ご飯 ノンエッグマヨネーズ 砂糖 ワンタン皮	とうもろこし キャベツ きゅうり にんじん 玉ねぎ 白菜 ねぎ 大根葉 広島菜 水菜
19 (木)	味付けパン ポロニアソーセージ 野菜サラダ 豆乳スープ	821	3.5	牛乳 ポロニアソーセージ とり肉 豆乳	味付けパン 米油 砂糖 でん粉	キャベツ きゅうり にんじん とうもろこし 玉ねぎ ほうれん草
20 (金)	ご飯 ホキフライ(ソース) 塩昆布和え 水菜のはりはり汁	733	2.0	牛乳 ホキフライ 塩昆布 油揚げ	ご飯 米油 春雨	きゅうり にんじん キャベツ 玉ねぎ 水菜
23 (月)	ご飯 厚揚げの和風マーボー 大根ナムル 枝豆	723	2.6	牛乳 厚揚げ プチ豆腐 ぶたひき肉 赤みそ	ご飯 砂糖 でん粉 ごま油	にんじん 玉ねぎ しょうが ねぎ 大根 きゅうり 枝豆 なす
24 (火)	タコライス(ご飯) じゃがいものスープ カクテルゼリーのフルーツ和え ⊗	740	2.3	牛乳 ぶたひき肉 牛ひき肉 とり肉 わかめ	ご飯 米油 砂糖 じゃがいも カクテルゼリー	玉ねぎ にんじん ほうれん草 なす トマト にんにく 黄桃 パインアップル
25 (水)	ご飯 竹輪の磯辺揚げ(2) えのきたけの和え物 玉ねぎのみそ汁	711	2.9	牛乳 竹輪 青のり 豆腐 みそ	ご飯 小麦粉 米油 砂糖 じゃがいも	キャベツ えのきたけ 小松菜 にんじん 玉ねぎ ねぎ
26 (木)	チキンポテトサンドイッチ(ミルクパン) ミネストローネ 焼きとうもろこし	824	3.2	牛乳 とりささ身 ぶた肉	ミルクパン じゃがいも 砂糖 貝マカロニ ノンエッグマヨネーズ	にんじん 玉ねぎ きゅうり キャベツ トマト とうもろこし
27 (金)	ご飯 さばのみそだれ しそ和え かき玉汁 【除去食対応有り】	692	2.6	牛乳 さば みそ 豆腐 卵 竹輪	ご飯 砂糖 でん粉	しょうが キャベツ きゅうり にんじん 赤しそ ほうれん草 玉ねぎ 大根
30 (月)	★麦ご飯 スープカレー 甘酢和え 小魚 ⊗	724	2.4	牛乳 とり肉 かまぼこ 小魚	ご飯 じゃがいも 米油 砂糖 大麦 カレールウ	にんじん 玉ねぎ モロッコ豆 トマト 水菜 キャベツ にんにく

(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)

※学校給食費6月期(第1期)の口座振替は6月30日(月)です。振替口座の残高不足にご注意ください。

新築・注文住宅・リフォームのことなら

ここにしかない家
KICHO WORK We do, sothfully, 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

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)

D1cafe

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

HARD-OFF 工具館

Hobby OFF

工具専門ハードオフ
セルフレックコーナ
ハードオフ工具館
ホビーオフ

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、新たなる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。