

令和7年7月

学校給食献立予定表 (小学校)



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 ぎゅうにゅう まい にち 牛乳は毎日つきます	エネルギー kcal 基準値 636	塩分 g 基準値 2.0	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 からだ (赤)	エネルギーのもとになる き (黄)	体の調子を整えるもとになる からだ ちよう し ととの (緑)
1 (火)	ごはん あつあげとキムチのいためもの じゃがいものみそしる パインアップル	587	1.9	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ あぶらあげ みそ	ごはん こめあぶら さとう じゃがいも	はくさいキムチ キャベツ たまねぎ にんじん ピーマン にんにく ねぎ パインアップル
2 (水)	ごはん あじのたつたあげ もやしのあえもの まんがんじあまとうのいために	607	1.4	ぎゅうにゅう あじ ぶたにく	ごはん でんぶん こめあぶら さとう	しょうが にんにく もやし キャベツ にんじん きゅうり まんがんじあまとう たまねぎ
3 (木)	セルフホットドッグ(2) (コッパパン) キャベツのサラダ たまねぎのスープ	622	3.1	ぎゅうにゅう ウインナーソーセージ	コッパパン (きかく) こめあぶら さとう じゃがいも	キャベツ きゅうり にんじん だいこん たまねぎ ほうれんそう
4 (金)	ごはん ホキのオーロラソース かつおあえ もずくのスープ	603	2.1	ぎゅうにゅう ホキ いかかつおけずりぶし とりく もずく	ごはん でんぶん こめあぶら さとう ノンエッグマヨネーズ じゃがいも	キャベツ みずな だいこん にんじん たまねぎ ねぎ
7 (月)	ツナずし (★すしめし) あまのがわじる たなばたゼリー	600	2.7	ぎゅうにゅう まぐろあぶらづけ ほしがたかまぼこ あぶらあげ	ごはん さとう そうめんふし たなばたゼリー	にんじん ほししいたけ かんぴょう たまねぎ きゅうり ほうれんそう
8 (火)	ごはん マーボー豆腐 ◆カル秀メニュー きりぼしだいこんのサラダ とうもろこし	617	2.2	ぎゅうにゅう とうふ プチ豆腐 ぶたひきにく あかみそ	ごはん こめあぶら さとう でんぶん	にんじん たまねぎ なす モロコつまめ ピーマン しょうが にんにく きりぼしだいこん キャベツ みずな とうもろこし
9 (水)	ごはん さわらのうめみそふうみやき ごまドレッシングサラダ かきたまじる じょきょしよくたいおうあ 【除去食対応有り】	584	2.2	ぎゅうにゅう さわら みそ とうふ かまぼこ たまご	ごはん さとう でんぶん ごまドレッシング	うめ キャベツ だいこん きゅうり にんじん たまねぎ ねぎ
10 (木)	こくとうパン メンチカツ (ソース) かんぴょうサラダ みずなのスープ	682	2.6	ぎゅうにゅう メンチカツ とりく	こくとうパン こめあぶら さとう じゃがいも	かんぴょう キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ みずな
11 (金)	ごはん さばのコチュジャンやき しのだあえ すましじる	568	1.9	ぎゅうにゅう さば あぶらあげ とうふ	ごはん さとう	にんにく ほうれんそう キャベツ にんじん たまねぎ こんにゃく だいこん ねぎ
14 (月)	ぶたにくのさつぱりどん (★むぎごはん) ちゃんこじる ぼうチーズ	611	2.0	ぎゅうにゅう ぶたにく ミートボール とうふ ぼうチーズ	ごはん おおむぎ こめあぶら	にんじん たまねぎ ねぎ キャベツ しょうが にんにく レモン こまつな
15 (火)	ごはん とりにくのくろずソース きゅうりのかおりづけ ラーメンふうみそしる	673	2.4	ぎゅうにゅう とりく ぶたにく なると みそ	ごはん でんぶん こめあぶら さとう ごま ごまあぶら ラーゆ はるさめ	にんにく きゅうり にんじん もやし ねぎ
16 (水)	なつやさいのチキンカレーライス (ごはん) コーンサラダ こざかな ㊤	603	2.5	ぎゅうにゅう とりく こざかな	ごはん じゃがいも こめあぶら カレールウ オニオンドレッシング	にんにく にんじん たまねぎ なす ピーマン キャベツ きゅうり とうもろこし
17 (木)	あじつけパン デミグラスソースハンバーグ スープに すいか	714	2.6	ぎゅうにゅう ハンバーグ ベーコン	あじつけパン さとう じゃがいも	たまねぎ はくさい にんじん こまつな すいか

(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7月期(第2期)の口座振替は7月31日(木)です。振替口座の残高不足にご注意ください。

7月7日は七夕の日

七夕は、1年に一度だけ会うことが許された牽牛(彦星)と織女(織り姫)の中国の伝説から生まれた行事です。七夕には、そうめんを食べる風習が古くからあります。七夕には、家族でそうめんを食べたり、短冊に願いごとを書いたりしてみませんか。

そうめん

夏ばてに注意!

夏を元気に過ごすためには、バランスのとれた食事と水分補給、十分な睡眠をとることが大切です。

夏ばてにならないように気を付けましょう。

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 exactly 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

応 告

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

・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)

応 告

HARD-OFF 工具館

Hobby OFF

工具専門ハードオフ

ハードオフ工具館

ホビーオフ

応 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、広告主に直接お問い合わせください。