

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)
1 (月)	高菜そぼろ丼 (ご飯) コーンサラダ ワンタンスープ ※一部の中学校のみ	717	3.2	牛乳 ぶたひき肉 ロースハム とり肉	ご飯 米油 砂糖 オニオンドレッシング ワンタン皮 じゃがいも	高菜漬け にんじん 竹の子 こんにゃく ねぎ キャベツ とうもろこし 水菜 玉ねぎ
2 (火)	ご飯 スパイシーチキン 甘酢和え 吉野汁 ※全小中学校給食開始	781	1.8	牛乳 とり肉 ヨーグルト 豆腐	ご飯 でん粉 米油 砂糖	にんにく にんじん 小松菜 キャベツ 大根 玉ねぎ
3 (水)	ご飯 さわらのマヨネーズ焼き キャベツのごま和え じゃがいものみそ汁	764	2.3	牛乳 さわら 油揚げ みそ	ご飯 ノンエッグマヨネーズ 砂糖 ごま じゃがいも	玉ねぎ キャベツ 水菜 にんじん えのきたけ ねぎ
4 (木)	スラッピージョー (コッペパン) 豆乳スープ ぶどう ㊟	767	3.3	牛乳 ぶたひき肉 とり肉 豆乳	コッペパン (規格) 米油 砂糖 でん粉	玉ねぎ にんじん にんにく ピーマン なす トマト 白菜 ぶどう
5 (金)	ご飯 さけの塩焼き ツナ和え そうめんふしのすまし汁	713	2.7	牛乳 さけ まぐろ油漬け とり肉 油揚げ	ご飯 砂糖 そうめんふし	キャベツ ほうれん草 にんじん 玉ねぎ ねぎ
8 (月)	ご飯 ◆カル秀メニュー ホキフライ (ノンエッグタルタルソース) かつお和え もずくのスープ	716	2.3	牛乳 ホキフライ 糸かつお削り節 ぶた肉 もずく 豆腐	ご飯 ノンエッグタルタルソース 砂糖 じゃがいも 米油	小松菜 白菜 にんじん
9 (火)	夏野菜のチキンカレーライス (ご飯) かんぴょうサラダ 小魚 ㊟	724	3.2	牛乳 とり肉 ロースハム 小魚	ご飯 じゃがいも 米油 カレールウ 砂糖	にんにく にんじん 玉ねぎ なす ピーマン かんぴょう キャベツ きゅうり
10 (水)	ご飯 さばの粒マスタード焼き ごまドレッシングサラダ ふのみそ汁	762	2.5	牛乳 さば 油揚げ みそ	ご飯 ごまドレッシング じゃがいも ふ	キャベツ きゅうり にんじん ねぎ
11 (木)	ミルクパン ウインナーソーセージ (2) コールスロー 白菜のスープ	777	3.3	牛乳 ウインナーソーセージ ぶた肉	ミルクパン 米油 砂糖 ノンエッグマヨネーズ	キャベツ 水菜 とうもろこし にんじん 大根 白菜
12 (金)	ご飯 あじの竜田揚げ えのきたけの和え物 サンラータン 【除去食対応有り】	714	2.6	牛乳 あじ 卵 とり肉 豆腐	ご飯 でん粉 米油 砂糖 ラー油	しょうが 白菜 えのきたけ きゅうり にんじん ねぎ キャベツ
16 (火)	切干し大根のビビンバ (ご飯) みそ風味スープ 型抜きチーズ	714	3.2	牛乳 ぶた肉 とり肉 みそ 型抜きチーズ	ご飯 砂糖 米油 じゃがいも	にんにく にんじん ピーマン 切干し大根 とうもろこし 玉ねぎ
17 (水)	ご飯 とり肉のレモン和え きゅうりの香り漬け わかめスープ	752	2.5	牛乳 とり肉 わかめ 豆腐	ご飯 でん粉 米油 砂糖 ごま油 ラー油 ごま	レモン きゅうり にんじん 白菜 玉ねぎ もやし
18 (木)	小型パン 豆乳スパゲティ 玉ねぎのスープ 黄桃	739	2.9	牛乳 ぶた肉 豆乳 とり肉	小型パン スパゲティ 米油 でん粉 じゃがいも	玉ねぎ ほうれん草 白菜 とうもろこし にんじん ねぎ 黄桃
19 (金)	ご飯 さわらのみそだれ 春雨サラダ たぬき汁	695	2.4	牛乳 さわら みそ ぶた肉 油揚げ	ご飯 砂糖 でん粉 春雨	しょうが にんじん キャベツ きゅうり ごぼう こんにゃく ねぎ
22 (月)	ご飯 マーボー豆腐 ナムル 大学いも	806	2.3	牛乳 豆腐 プチ豆腐 ぶたひき肉 赤みそ	ご飯 米油 砂糖 でん粉 ごま油 さつまいも	にんじん 玉ねぎ しょうが にんにく なす 三尺ささがし 大根 小松菜
24 (水)	ご飯 たらものしそ揚げ 白菜の和え物 万願寺甘とうの炒め煮	713	1.8	牛乳 たら 牛肉	ご飯 でん粉 米油 砂糖	赤じそ 白菜 ほうれん草 にんじん 玉ねぎ 万願寺甘とう こんにゃく 竹の子
25 (木)	味付けパン なすとマカロニのミートソース 野菜サラダ コーンチャウダー ㊟	867	3.3	牛乳 とりひき肉 ぶた肉 豆乳	味付けパン マカロニ 米油 砂糖 じゃがいも 米粉	なす 玉ねぎ トマト キャベツ にんじん きゅうり とうもろこし
26 (金)	ご飯 さばのコチュジャン焼き 信田和え かき玉汁 【除去食対応有り】	781	2.5	牛乳 さば 油揚げ 豆腐 かまぼこ 卵	ご飯 砂糖	にんにく 水菜 キャベツ にんじん ねぎ えのきたけ
29 (月)	ご飯 厚揚げとキムチの炒め物 中華スープ 黒大豆枝豆	711	2.7	牛乳 ぶた肉 厚揚げ とり肉	ご飯 米油 砂糖	白菜キムチ 白菜 玉ねぎ にんじん キャベツ 黒大豆枝豆
30 (火)	ご飯 照り焼きハンバーグ さつまいもサラダ 油揚げのすまし汁	783	2.5	牛乳 ハンバーグ 油揚げ	ご飯 砂糖 でん粉 さつまいも ノンエッグマヨネーズ	きゅうり にんじん 大根 白菜 小松菜

(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）

※学校給食費9月期（第4期）の口座振替は9月30日（火）です。振替口座の残高不足にご注意ください。

応 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 everything completely 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 ・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) 地産地消キッチン 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	応 告 HARD-OFF 工具館 Hobby OFF 工具専門ハードオフ おもちゃ・模型 Hobby オフ セルフチェックコーナー ありのままで修理可能！ お持ち込みOK！ お見積り無料！ お支払いも現金・クレジット・ポイントOK！ ハードオフ工具館 福知山駅前店 TEL 0773-45-6566 営業時間 平日10時～18時 土日祝 10時～17時 ホビーオフ 福知山駅前店 TEL 0773-45-4200 営業時間 平日10時～18時 土日祝 10時～17時 ハードオフ工具館 ホビーオフ スタッフ募集中 ① 20歳以上30歳未満 ② 高卒以上 ③ 接客経験者優遇 ④ 未経験可 ⑤ 週休2日制 ⑥ 勤務時間外は完全自由 ⑦ 給与手取り20万円以上 ⑧ 福利厚生充実 ⑨ 昇進制度あり ⑩ 社員研修あり ⑪ 就業支援あり ⑫ 採用試験合格後、面接当日に内定書発行	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、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。