

がっこうきゅうしょくこんだてよていひょう

令和7年10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 あか (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 との (緑)
1 (水)	ごはん ホキのレモンふうみ しのだあえ ちゃんこじる	615	2.1	ぎゅうにゅう ホキ あぶらあげ ミートボール とうふ	ごはん でんぶん こめあぶら さとう	レモン こまつな はくさい にんじん もやし ねぎ
2 (木)	バターパン ポロニアソーセージ イタリアンドレッシングサラダ スープに	627	2.6	ぎゅうにゅう ポロニアソーセージ ぶたにく	バターパン イタリアンドレッシング じゃがいも	だいこん きゅうり にんじん はくさい みずな
3 (金)	ごはん さわらのカレーふうみやき マカロニサラダ ごまタンタンスープ	631	2.2	ぎゅうにゅう さわら とりひきにく みそ	ごはん マカロニ ノンエッグマヨネーズ さとう じゃがいも ねりごま ごま	キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ だいこん なす ねぎ
6 (月)	あきのちらしずし (★すしめし) さつまいものみそしる おつきみゼリー	653	2.5	ぎゅうにゅう まぐろあぶらづけ とりにく みそ	ごはん くり さとう さつまいも おつきみゼリー	たまねぎ にんじん ほししいたけ かんぴよう れんこん ほうれんそう だいこん ねぎ
7 (火)	ごはん あつあげのすきに あまずあえ ひで てづくりふりかけ ◆カル秀メニュー	608	2.0	ぎゅうにゅう あつあげ とりにく しおこんぶ ちくわ だいずブレイク いとかつおけずりぶし	ごはん じゃがいも さとう ごま	にんじん こんにやく たまねぎ さんじゃくささげ きゅうり はくさい
8 (水)	ごはん あじのおろしソース かつおあえ ふのみそしる	610	2.1	ぎゅうにゅう あじ いとかつおけずりぶし あぶらあげ みそ	ごはん でんぶん こめあぶら さとう ふ	だいこん キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ はくさい ねぎ
9 (木)	こくとうパン かぼちゃひきにくフライ キャベツのサラダ わかめスープ	654	2.9	ぎゅうにゅう かぼちゃひきにくフライ わかめ ぶたにく	こくとうパン こめあぶら さとう	キャベツ みずな にんじん たまねぎ はくさい もやし
10 (金)	ごはん さばのしおやき さつまいもサラダ かすじる	669	2.4	ぎゅうにゅう さば とりにく みそ	ごはん さつまいも ノンエッグマヨネーズ さけかす	たまねぎ きゅうり にんじん だいこん ごぼう こんにやく ねぎ
14 (火)	ごはん ヤンニョムチキン はるさめサラダ ちゅうかスープ	700	2.0	ぎゅうにゅう とりにく	ごはん でんぶん こめあぶら さとう はるさめ じゃがいも	しょうが にんにく にんじん キャベツ きゅうり たまねぎ だいこん みずな
15 (水)	カレーライス (ごはん) きりぼしだいこんのサラダ ㊟ くろだいずえだまめ	620	2.9	ぎゅうにゅう ぎゅうにく	ごはん じゃがいも こめあぶら カレールウ さとう	にんじん たまねぎ なす ピーマン きゅうり きりぼしだいこん キャベツ くろだいずえだまめ にんにく
16 (木)	こがたパン わふうスパゲティ たまごスープ じょきょしょくたいおうあ かためきチーズ 【除去食対応有り】	623	3.2	ぎゅうにゅう ぎゅうひきにく とりにく たまご かためきチーズ	こがたパン スパゲティ こめあぶら じゃがいも	にんにく こまつな にんじん たまねぎ なす しょうが ねぎ ピーマン
17 (金)	ごはん さけのごまふうみやき ツナあえ こんさいみそしる	603	2.2	ぎゅうにゅう さけ まぐろあぶらづけ あぶらあげ みそ ぶたにく	ごはん さとう ごま さつまいも	しょうが キャベツ きゅうり にんじん だいこん
20 (月)	ごはん みそおでん うめあえ あじつけのり	591	2.2	ぎゅうにゅう とりにく がんもどき みそ かまぼこ あじつけのり	ごはん じゃがいも さとう	しょうが だいこん こんにやく にんじん キャベツ きゅうり うめ
21 (火)	もずくどん (ごはん) みそふうみスープ おうとう	607	2.2	ぎゅうにゅう もずく ぶたひきにく とりにく あぶらあげ みそ	ごはん こめあぶら さとう じゃがいも	たまねぎ にんじん にんにく とうもろこし ほうれんそう ねぎ おうとう
22 (水)	ごはん さばのオイスターソースやき いとこんにやくのいためもの さつまじる	661	2.2	ぎゅうにゅう さば ぶたひきにく さつまあげ とりにく みそ	ごはん さとう こめあぶら さつまいも	しょうが いとこんにやく にんじん たまねぎ ピーマン だいこん ねぎ
23 (木)	ミルクパン トマトソースハンバーグ ポトフ ムース (レアチーズ)	790	2.7	ぎゅうにゅう ハンバーグ ベーコン ムース (レアチーズ)	ミルクパン さとう じゃがいも こめあぶら	なす たまねぎ ピーマン とうもろこし トマト にんじん はくさい こまつな にんにく
24 (金)	ごはん ちくわのいそべあげ しおこんぶあえ ぶたじる	605	2.8	ぎゅうにゅう ちくわ あおのり しおこんぶ ぶたにく とうふ みそ	ごはん こむぎこ こめあぶら	キャベツ きゅうり にんじん こんにやく だいこん ねぎ
27 (月)	すぎもとシェフのハヤシライス (ごはん) アンチョビードレッシングサラダ こざかな ㊟ ◆杉本シェフ考案ニュー	622	2.8	ぎゅうにゅう ぶたにく とうにゅう ロースハム こざかな	ごはん こめあぶら ハヤシルウ じゃがいも さとう オリーブあぶら ノンエッグマヨネーズ	にんじん たまねぎ マツジールーム キャベツ きゅうり にんにく
28 (火)	ごはん さつまいもとくだんごのあまずに だいこんのナムル もやしのピリからスープ	647	2.7	ぎゅうにゅう ミートボール とりにく とうふ	ごはん さつまいも こめあぶら さとう でんぶん ごまあぶら じゃがいも ラーゆ	なす ピーマン だいこん みずな にんじん もやし
29 (水)	ごはん たらのコーンマヨネーズやき たくあんあえ こうやどうふのにももの	662	2.2	ぎゅうにゅう たら こうやどうふ ぶたにく	ごはん ノンエッグマヨネーズ じゃがいも さとう	とうもろこし たくあん きゅうり キャベツ にんじん たまねぎ こんにやく
30 (木)	コッペパン こめこのシチュー ジャーマンスイートポテト カクテルゼリーのフルーツあえ ㊟	743	2.8	ぎゅうにゅう とりにく こなチーズ ベーコン とうにゅう	コッペパン (きかく) さつまいも こめあぶら オリーブあぶら カクテルゼリー こめこ	たまねぎ はくさい にんじん ぶなしめじ ほうれんそう とうもろこし パインアップル おうとう パセリ
31 (金)	こぎつねどん (ごはん) じょきょしょくたいおうあ はくさいのみそしる りんご 【除去食対応有り】	596	2.1	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ ぶたにく とうふ みそ いりたまご	ごはん こめあぶら さとう	しょうが たまねぎ こんにやく にんじん こまつな はくさい ねぎ りんご

(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 10月期 (第5期) の口座振替は 10月31日 (金) 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

KICHINO 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

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)

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

工具館

おもちゃ専門店

ハードオフ 福知山店

〒620-0855 福知山市 土師新町1丁目223-2

TEL 45-3995 定休日: 日、月

https://www.d1cafe-kyoto.com

応 告

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、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。