

日 (曜)	献立名 <small>ぎゅうにゅう まいにち</small> 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 <small>からだ</small> (赤)	エネルギーのもとになる <small>き</small> (黄)	体の調子を整えるもとになる <small>からだ ちよう し との</small> (緑)
9 (金)	ごはん ぶりのてりやき こうはくなます くらまめのうまに	661	1.5	ぎゅうにゅう ぶり ぶたにく あつあげ くろまめ	ごはん さとう でんぶん	だいこん ゆず かぶ こんにやく にんじん はくさい
13 (火)	ごはん みそおでん えびいものごまあげ てづくりふりかけ ◆カル秀メニュー <small>ひで</small>	744	2.1	ぎゅうにゅう とりにく がんもどき みそ だいずフレーク いたかつおけずりぶし	ごはん さつまいも さとう えびいも でんぶん こめあぶら ごま	だいこん こんにやく にんじん
14 (水)	チキンカレーライス (ごはん) はるさめサラダ こざかな ㊟	634	2.7	ぎゅうにゅう とりにく こざかな	ごはん じゃがいも こめあぶら カレールウ はるさめ さとう	にんじん たまねぎ キャベツ ほうれんそう
15 (木)	コッペパン ウインナーポテト マカロニスープ りんご	592	2.6	ぎゅうにゅう ウインナーソーセージ ぶたにく	コッペパン (きかく) じゃがいも こめあぶら かいマカロニ	たまねぎ パセリ はくさい にんじん みずな りんご
16 (金)	ごはん さばのしおやき さきいかのかみかみサラダ きょうふうみそしる	630	2.6	ぎゅうにゅう さば さきいか あぶらあげ みそ しろみそ とりにく	ごはん こめあぶら さとう	にんじん キャベツ だいこん はくさい ねぎ
19 (月)	ごはん とりにくのからあげ ゆばのおひたし さつまいものみそしる	677	2.0	ぎゅうにゅう とりにく ゆば みそ	ごはん でんぶん こめあぶら さとう さつまいも	しょうが にんにく ほうれんそう にんじん はくさい キャベツ ねぎ
20 (火)	ごはん あつあげのみそいため えのきたけのあえもの たぬきじる	622	2.1	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ あかみそ とりにく あぶらあげ	ごはん こめあぶら さとう	たまねぎ にんじん キャベツ こんにやく ごぼう ねぎ だいこん はくさい こまつな えのきたけ
21 (水)	やきにくやのしかぎゅうそぼろ (ごはん) ミックスナムル <small>じょきょしょくたいおうあ</small> キムたまスープ 【除去食対応有り】 ◆おおつきシェフこうあんメニュー	590	2.6	ぎゅうにゅう しかひきにく ぎゅうひきにく プチ豆腐 たまご	ごはん こめあぶら さとう ごま ごまあぶら でんぶん	たまねぎ にんにく もやし ほうれんそう きりぼしだいこん にんじん はくさいキムチ ねぎ
22 (木)	こくとうパン ブラウンシチュー きりぼしだいこんのようふういため イタリアンドレッシングサラダ ㊟	680	3.0	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく	こくとうパン じゃがいも こめあぶら さとう ブラウンルウ イタリアンドレッシング	にんじん たまねぎ はくさい きりぼしだいこん こまつな キャベツ とうもろこし
23 (金)	◇おきなわけん ごはん マンビカーのシークワサーソース もずくのチャプチェ アーサじる	600	2.0	ぎゅうにゅう シイラ もずく ぶたにく あおさのり とうふ	ごはん こめあぶら さとう	にんじん えのきたけ こまつな キャベツ シークワサー
26 (月)	◇いばらきけん ごはん にあい パイタやき こめこのタルト (さつまいもとくり)	662	1.1	ぎゅうにゅう とりにく やき豆腐 パイタやき	ごはん さとう こめこのタルト (さつまいもとくり)	だいこん れんこん ごぼう こんにやく にんじん はくさい
27 (火)	◇あいちけん ごはん みそささみカツ れんこんサラダ きしめん	647	2.3	ぎゅうにゅう ささみカツ あかみそ あぶらあげ	ごはん こめあぶら さとう ノンエッグマヨネーズ きしめん	れんこん みずな にんじん はくさい ねぎ
28 (水)	◇おおさかふ ★かやくごはん あげたこやき おこのみサラダ にくすい	597	2.4	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ あおのり いたかつおけずりぶし ぎゅうにく とうふ ちくわ	ごはん たこやき こめあぶら ノンエッグマヨネーズ	まいたけ ごぼう たけのこ にんじん こんにやく キャベツ べにしょうが ねぎ はくさい
29 (木)	<small>アース フース</small> ◇EARTH FOODS25 セルフくりいりあんサンド (あじつけパン) かんぴょうとたくあんのうちめサラダ とうにゅうみそスープ	663	3.0	ぎゅうにゅう あずき かまぼこ ぶたにく わかめ みそ とうにゅう	あじつけパン さとう くり こめあぶら さつまいも	かんぴょう にんじん だいこん みぶな うめ はくさい たくあん
30 (金)	ごはん かぼちゃひきにくフライ ツナあえ そぼろに	691	1.9	ぎゅうにゅう かぼちゃひきにくフライ まぐろあぶらづけ とりひきにく がんもどき	ごはん さとう こめあぶら えびいも	キャベツ しゅんぎく にんじん だいこん こんにやく はくさい

(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 1月期 (第8期) の口座振替は 2月2日 (月) です。振替口座の残高不足にご注意ください。

○ 全国学校給食週間 ○

今年度は日本で万博が開催されたことにちなんで、「給食で学ぼう! ~日本の万博~」  
というテーマで、今まで日本で開催された万博について振り返ると共に、その開催地の  
郷土料理や特産品、食文化を取り入れた特別献立が登場します。



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 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

D1 cafe

・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

HARD-OFF 工具館

工具専門ハードオフ

福知山店

0773-45-6585

Hobby OFF

ホビー専門ハードオフ

福知山店

0773-45-4200

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。