



学校給食献立予定表

(小学校)

日 (曜)	こん 献 だて 立 めい 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	しょく　ひん　しゅ　りい　たい　ない はたら 食品の種類と体内でのおもな働き		
				からだ 体をつくるもとになる あか (赤)	エネルギーのもとになる き (黄)	からだ　ちょう　し　との 体の調子を整えるもとになる みどり (緑)
9 (金)	ごはん　ぶりのてりやき こうはくなます　くろまめのうまに	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　こんにゃく　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	744	2.1	ぎゅうにゅう　とりにく　がんもどき　みそ だいすフレーク　いとかつおけずりぶし	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　こんにゃく　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　ワインーポテト マカロニスープ　りんご	592	2.6	ぎゅうにゅう　ワインーソーセージ 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 えのきだけのあえもの　たぬきじる	622	2.1	ぎゅうにゅう　ぶたにく　あつあげ　あかもそ 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　こんにゃく ごぼう　ねぎ　だいこん　はくさい　こまつな えのきだけ
21 (水)	やきにくやのしかぎゅうそぼろ（ごはん） ミックスナマル 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 ブチどうふ　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　ににく　もやし　ほうれんそう きりほしだいこん　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 きりほ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　きりほしだいこん 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ーサーソース もずくのチャブチエ　アーサジる	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　えのきだけ　こまつな　キャベツ シークワーサー
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（さつまいもくり）	662	1.1	ぎゅうにゅう　とりにく　やきどうふ パイタやき	ごはん　さとう こめこのタルト（さつまいもくり）	だいこん　れんこん　ごぼう　こんにゃく にんじん　はくさい
27 (火)	◇あいちけん ごはん　みそさみかつ れんこんサラダ　きしめん	647	2.3	ぎゅうにゅう　ささみかつ　あかもそ 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 いとかつおけずりぶし　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　こんにゃく キャベツ　べにしようが　ねぎ　はくさい
29 (木)	アース　ベース ◇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 こんにゃく　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。△はスプーンのつく目。() 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。

全國学校給食週間

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。



広 告

応 告

* 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

*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。