

令和8年3月

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)
2 (月)	ご飯 タンドリーチキン コーンサラダ ビーフンのスープ	689	2.3	牛乳 とり肉 ヨーグルト ぶた肉	ご飯 米油 砂糖 ビーフン	にんにく キャベツ とうもろこし にんじん 玉ねぎ 小松菜
3 (火)	ツナマヨの手巻きずし(★ずし飯) (手巻きのみ) 豆腐のすまし汁 ひなあられ	747	3.1	牛乳 まぐろ油漬け 手巻きのみ 花形かまぼこ 豆腐	ご飯 ノンエッグマヨネーズ 砂糖 ひなあられ	にんじん 玉ねぎ 大根 きゅうり ねぎ 白菜
4 (水)	カレーライス(ご飯) かんぴょうサラダ 米粉のケーキ(いちご) ②	785	2.8	牛乳 牛肉	ご飯 じゃがいも 米油 カレールウ 砂糖 米粉のケーキ(いちご)	にんじん 玉ねぎ かんぴょう キャベツ
5 (木)	小型パン ペンネのポロネーゼ イタリアンドレッシングサラダ ポトフ	739	3.1	牛乳 ぶたひき肉 とり肉	小型パン ペンネ 米油 イタリアンドレッシング さつまいも	玉ねぎ にんじん トマト キャベツ 水菜 とうもろこし 白菜
6 (金)	ご飯 さばの塩焼き 信田和え そぼろ煮	799	2.7	牛乳 さば 油揚げ とりひき肉 がんもどき	ご飯 砂糖	ほうれん草 白菜 にんじん 玉ねぎ こんにゃく 大根
9 (月)	ご飯 関東煮 ◆カル秀メニュー 甘酢和え 手作りふりかけ	700	1.8	牛乳 とり肉 厚揚げ 大豆フレーク 糸かつお削り節	ご飯 さつまいも 砂糖 ごま	大根 にんじん こんにゃく 小松菜 白菜
10 (火)	ぶたキムチ丼(ご飯) みそ風味スープ 黄桃	682	2.5	牛乳 ぶた肉 とり肉 豆腐 みそ	ご飯 砂糖 米油	ねぎ 白菜 白菜キムチ キャベツ にんじん 玉ねぎ 大根 黄桃
11 (水)	ご飯 あじのねぎソース もやしの和え物 切干し大根の炒り煮	762	2.2	牛乳 あじ 油揚げ ぶた肉	ご飯 でん粉 米油 砂糖 じゃがいも	しょうが ねぎ ほうれん草 もやし にんじん キャベツ 切干し大根 こんにゃく
12 (木)	全粒粉パン チキンカツ 大根のサラダ ブラウンシチュー ②	798	3.3	牛乳 チキンカツ ぶた肉	全粒粉パン 米油 砂糖 さつまいも ブラウンルウ	大根 水菜 にんじん 玉ねぎ 白菜
13 (金)	ご飯 さばのコチュジャン焼き 白菜のごま和え 根菜みそ汁	736	2.4	牛乳 さば とり肉 みそ	ご飯 砂糖 ごま	にんにく 白菜 ほうれん草 にんじん 大根 玉ねぎ
16 (月)	ご飯 揚げぎょうざ(3) マーボー春雨 わかめスープ	877	3.0	牛乳 ぶたひき肉 赤みそ わかめ 豆腐 ぎょうざ	ご飯 米油 春雨 砂糖 でん粉	玉ねぎ にんじん キャベツ ねぎ にんにく 白菜 大根
17 (火)	ご飯 変わりきんぴら ツナ和え ふのみそ汁	732	2.5	牛乳 大豆 とり肉 さつま揚げ まぐろ油漬け 油揚げ みそ	ご飯 米油 砂糖 ふ さつまいも	こんにゃく にんじん れんこん キャベツ 小松菜 玉ねぎ ねぎ
18 (水)	カレーライス(ご飯) キャベツのサラダ 米粉のタルト(豆乳プリン) ②	834	2.8	牛乳 牛肉	ご飯 じゃがいも カレールウ 米油 砂糖 米粉のタルト(豆乳プリン)	にんじん 玉ねぎ キャベツ 水菜
19 (木)	味付けパン とり肉のケチャップがらめ 白菜のスープ 型抜きチーズ	961	3.0	牛乳 とり肉 ぶた肉 型抜きチーズ	味付けパン でん粉 米油 砂糖	玉ねぎ にんじん 枝豆 白菜



～ご卒業・ご進級おめでとうございませ～

これからも給食の時間や授業で学んだことを活かし、「食べたもので体がつくられていく」ことを意識して、よりよい食生活を送ってください。4月からの新生活を元気にスタートできるように、春休みに準備をしておきましょう。



(注) ご飯は福知山産コシヒカリを使用しています。②はスプーンの数です。()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3月期(第10期)の口座振替は3月31日(火)です。振替口座の残高不足にご注意ください。

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 something 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

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>

ハードオフ 工具館

Hobby OFF

セルフレックコーナー

ハードオフ工具館

ホビーオフ

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。