

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

令和8年4月

日 (曜)	献立名 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		
				体をつくるものとなる (赤)	エネルギーのもとになる (黄)	体の調子を整えるものとなる (緑)
9 (木)	ことうパン とりにくのレモンあえ もやしのサラダ ワンタンスープ	713	2.8	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく	ことうパン でんぶん こめあぶら さとう ワンタンかわ	レモン キャベツ もやし にんじん たまねぎ はくさい
10 (金)	ごはん てりやきハンバーグ だいごんのサラダ たまねぎのみそしる	613	2.2	ぎゅうにゅう ハンバーグ ぶたにく とうふ みそ	ごはん さとう ノンエッグマヨネーズ でんぶん	だいごん ほうれんそう にんじん たまねぎ ねぎ
13 (月)	チキンカレーライス (ごはん) ひじきのサラダ ②	612	2.6	ぎゅうにゅう とりにく ひじき ちくわ こざかな	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 キャベツ こまつな
14 (火)	ごはん みそに ◆カル秀メニュー ツナあえ てづくりふりかけ	660	2.0	ぎゅうにゅう とりにく がんもどき みそ まぐろあぶらづけ だいちフレーク いとかつおけずりぶし	ごはん じゃがいも さとう ごま	だいごん にんじん たまねぎ キャベツ こんにゃく
15 (水)	ごはん さけのおしゃき しそあえ こうやどうふのもの	612	2.3	ぎゅうにゅう さけ こうやどうふ ぶたにく	ごはん さとう じゃがいも	はくさい だいごん みずな にんじん たまねぎ こんにゃく あかじそ
16 (木)	こがたパン わふうスパゲティ とうにゅうスープ おうとう	597	2.3	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく とうにゅう	こがたパン スパゲティ こめあぶら でんぶん じゃがいも	にんにく にんじん たまねぎ みずな しょうが はくさい たまねぎ おうとう
17 (金)	ごはん あじのオニオンソース しのだあえ とうふのみそしる	625	2.2	ぎゅうにゅう あじ あぶらあげ とりにく とうふ みそ	ごはん でんぶん こめあぶら さとう	たまねぎ ほうれんそう キャベツ にんじん だいごん ねぎ
20 (月)	たかなそぼろどん (ごはん) にゅうめん かたぬきチーズ	603	2.6	ぎゅうにゅう ぶたひきにく あぶらあげ みそ かたぬきチーズ	ごはん こめあぶら さとう そうめんふし	にんじん れんこん こんにゃく しょうが こまつな たまねぎ ねぎ たかなづけ
21 (火)	ごはん じゃがいものあげに あまずあえ ぶのみそしる	604	2.0	ぎゅうにゅう とりにく ちくわ みそ	ごはん じゃがいも こめあぶら さとう ふ	にんじん こんにゃく たまねぎ こまつな キャベツ もやし えのきたけ ねぎ
22 (水)	ごはん さわらのカレーふうみやき ほうれんそうのごまあえ きりほしだいごんのもの	611	1.6	ぎゅうにゅう さわら あぶらあげ ぶたにく	ごはん さとう ごま じゃがいも	キャベツ ほうれんそう にんじん こんにゃく きりほしだいごん
23 (木)	あじつけパン とりにくのマーマレードやき オニオンドレッシングサラダ とうもろこしのスープ	669	2.5	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく	あじつけパン マーマレード オニオンドレッシング	キャベツ みずな にんじん とうもろこし たまねぎ はくさい
24 (金)	ごはん さばのみそだれ いかにんじん さつまじる	617	2.1	ぎゅうにゅう さば みそ さきいか とりにく とうふ	ごはん さとう でんぶん こめあぶら とうふ	しょうが にんじん ごぼう たまねぎ キャベツ ねぎ こんにゃく
27 (月)	ごはん あつあげとキムチのいためもの ごまタンタンスープ サイダーゼリー	617	2.1	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ とりひきにく みそ	ごはん こめあぶら さとう じゃがいも ねりごま ごま サイダーゼリー	はくさいキムチ キャベツ たまねぎ にんじん こまつな はくさい ねぎ
28 (火)	ごはん ホキフライ (ソース) はるさめサラダ ちゃんこじる	610	1.8	ぎゅうにゅう ホキフライ ミートボール とうふ	ごはん こめあぶら はるさめ さとう	にんじん キャベツ みずな もやし だいごん
30 (木)	タコライス (ごはん) コーンサラダ マカロニスープ ②	609	2.1	ぎゅうにゅう ぶたひきにく だいち とりにく	ごはん こめあぶら さとう でんぶん かいマカロニ じゃがいも	たまねぎ にんじん にんにく キャベツ とうもろこし ほうれんそう トマト

(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。 () 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)

カル秀メニューって何?

カル秀メニューとは、カルシウムの大切さを伝えるメニューのことです。
成長期であるみなさんは、骨や歯を丈夫にするカルシウムをたくさん摂る必要があります。
また、カルシウムは意識して摂らないと不足しやすい栄養素でもあります。
そのため、給食センターでは、カルシウムの大切さをPRするために平成30年度から
福知山城を築いた明智光秀にちなんでキャラクターを考案し、カルシウムが多く含まれる白
を「カル秀メニュー」の白としました。



名前：福知 カル秀
好きな食べ物：
カルシウムたっぷりの食べ物

広告	広告	広告
<p>株式会社 福島文進堂</p> <ul style="list-style-type: none"> 福島文進堂 福知山駅南町店 TEL:0773-23-6377 ブックオフ 福知山駅南町店 TEL:0773-25-3535 オフハウス 福知山駅南町店 TEL:0773-23-2332 ハードオフ 福知山駅南町店 TEL:0773-23-2277 ハードオフ工具館 福知山駅南町店 TEL:0773-45-6565 ホビーオフ 福知山駅南町店 TEL:0773-45-4200 Café Bar & Live お城の下で TEL:0773-23-3339 	<p>新築・注文住宅・リフォームのことなら</p> <p>ここにしかない家 NIGHTO WORK We do credibly complete work.</p> <p>有限会社 大下工務店 OSHITA</p> <p>〒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</p>	<p>地産地消キッチン</p> <p>D1cafe</p> <ul style="list-style-type: none"> 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) <p>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</p>

*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。広告内容に関する質問は、広告主に直接お問い合わせください。