

令和8年4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)
9 (木)	黒糖パン とり肉のレモン和え もやしのサラダ ワンタンスープ	869	3.5	牛乳 とり肉 ぶた肉	黒糖パン でん粉 米油 砂糖 ワンタン皮	レモン キャベツ もやし にんじん 玉ねぎ 白菜
10 (金)	ご飯 照り焼きハンバーグ 大根のサラダ 玉ねぎのみそ汁	744	2.7	牛乳 ハンバーグ ぶた肉 豆腐 みそ	ご飯 砂糖 ノンエッグマヨネーズ でん粉	大根 ほうれん草 にんじん 玉ねぎ ねぎ
13 (月)	チキンカレーライス (ご飯) ひじきのサラダ 小魚 ㊟	722	3.0	牛乳 とり肉 ひじき 竹輪 小魚	ご飯 じゃがいも 米油 カレールウ 砂糖	にんじん 玉ねぎ キャベツ 小松菜
14 (火)	ご飯 みそ煮 ◆カル秀メニュー ツナ和え 手作りふりかけ	785	2.4	牛乳 とり肉 がんもどき まぐろ油漬 大豆フレーク 糸かつお削り節 みそ	ご飯 じゃがいも 砂糖 ごま	大根 にんじん 玉ねぎ キャベツ こんにゃく
15 (水)	ご飯 さけの塩焼き しそ和え 高野豆腐の煮物	728	2.7	牛乳 さけ 高野豆腐 ぶた肉	ご飯 砂糖 じゃがいも	白菜 大根 水菜 にんじん 玉ねぎ こんにゃく 赤じそ
16 (木)	小型パン 和風スパゲティ 豆乳スープ 黄桃	739	2.9	牛乳 ぶた肉 とり肉 豆乳	小型パン スパゲティ 米油 でん粉 じゃがいも	にんにく にんじん 玉ねぎ 水菜 白菜 玉ねぎ 黄桃 しょうが
17 (金)	ご飯 あじのオニオンソース 信田和え 豆腐のみそ汁	743	2.6	牛乳 あじ 油揚げ とり肉 豆腐 みそ	ご飯 でん粉 米油 砂糖	玉ねぎ ほうれん草 キャベツ にんじん 大根 ねぎ
20 (月)	高菜そぼろ丼 (ご飯) にゅうめん 型抜きチーズ	707	3.0	牛乳 ぶたひき肉 油揚げ みそ 型抜きチーズ	ご飯 米油 砂糖 そうめんふし	にんじん れんこん こんにゃく しょうが 小松菜 玉ねぎ ねぎ 高菜漬
21 (火)	ご飯 じゃがいもの揚げ煮 甘酢和え ふのみそ汁	715	2.4	牛乳 とり肉 竹輪 みそ	ご飯 じゃがいも 米油 砂糖 ふ	にんじん こんにゃく 玉ねぎ 小松菜 キャベツ もやし えのきたけ ねぎ
22 (水)	ご飯 さわらのカレー風味焼き ほうれん草のごま和え 切干し大根の煮物	726	1.9	牛乳 さわら 油揚げ ぶた肉	ご飯 砂糖 ごま じゃがいも	キャベツ ほうれん草 にんじん こんにゃく 切干し大根
23 (木)	味付けパン とり肉のマーメレード焼き オニオンレッシングサラダ とうもろこしのスープ	794	3.0	牛乳 とり肉 ぶた肉	味付けパン マーメレード オニオンレッシング	キャベツ 水菜 にんじん とうもろこし 玉ねぎ 白菜
24 (金)	ご飯 さばのみそだれ いかにんじん さつま汁	734	2.5	牛乳 さば みそ さきいか とり肉 豆腐	ご飯 砂糖 でん粉 米油	しょうが にんじん ごぼう 玉ねぎ キャベツ ねぎ こんにゃく
27 (月)	ご飯 厚揚げとキムチの炒め物 ごま坦タスーブ サイダーゼリー	733	2.4	牛乳 ぶた肉 厚揚げ とりひき肉 みそ	ご飯 米油 砂糖 じゃがいも 練りごま ごま サイダーゼリー	白菜キムチ キャベツ 玉ねぎ にんじん 小松菜 白菜 ねぎ
28 (火)	ご飯 ホキフライ (ソース) 春雨サラダ ちゃんこ汁	725	2.1	牛乳 ホキフライ ミートボール 豆腐	ご飯 米油 春雨 砂糖	にんじん キャベツ 水菜 もやし 大根
30 (木)	タコライス (ご飯) コーンサラダ マカロニスーブ ㊟	724	2.5	牛乳 ぶたひき肉 大豆 とり肉	ご飯 米油 砂糖 でん粉 貝マカロニ じゃがいも	玉ねぎ にんじん にんにく キャベツ とうもろこし ほうれん草 トマト

(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日を「カル秀メニュー」の日としました。



名前：^{カル}福知 ^秀カル秀
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 RIGHT WORK We do carefully complete work.</p> <p>有限会社 大下工務店</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>D1 cafe</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。広告内容に関するご質問は、広告主に直接お問い合わせください。