

令和8年9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)
1 (火)	ご飯 とり肉のから揚げ 梅和え なすのみそ汁	791	2.7	牛乳 とり肉 油揚げ 豆腐 みそ	ご飯 でん粉 米油 砂糖	しょうが にんにく キャベツ にんじん 小松菜 梅 なす 玉ねぎ ねぎ
2 (水)	夏野菜のカレーライス (ご飯) 海藻サラダ ぶどうゼリー ㊟	768	3.0	牛乳 とり肉 まぐろ油漬け わかめ	ご飯 じゃがいも 米油 カレールウ ぶどうゼリー	にんにく にんじん 玉ねぎ なす 枝豆 キャベツ きゅうり
3 (木)	小型パン 焼きスパゲティ アップルサラダ じゃがいものスープ	749	3.7	牛乳 ぶた肉 青のり ベーコン	小型パン スパゲティ 米油 砂糖 じゃがいも	玉ねぎ にんじん キャベツ ピーマン きゅうり りんご ほうれん草
4 (金)	ご飯 さばの塩焼き コールスロー 豆腐のみそ汁	735	2.6	牛乳 さば 豆腐 油揚げ みそ	ご飯 米油 砂糖 ノンエッグマヨネーズ	キャベツ きゅうり とうもろこし にんじん 玉ねぎ ねぎ
7 (月)	ご飯 かぼちゃひき肉フライ 甘酢和え みそ風味スープ	720	2.6	牛乳 かぼちゃひき肉フライ とりささ身 ぶた肉 豆腐 みそ	ご飯 米油 砂糖 じゃがいも	にんじん きゅうり キャベツ 玉ねぎ 小松菜
8 (火)	ご飯 ぶた肉と厚揚げの中華炒め 水菜のはりはり汁 フルーツ和え ◆カル秀メニュー	775	2.1	牛乳 ぶた肉 厚揚げ とり肉 油揚げ	ご飯 米油 砂糖 春雨	しょうが にんにく にんじん 玉ねぎ こんにゃく ピーマン 干しいたけ 水菜 バインアップル 黄桃 ナタデココ
9 (水)	ご飯 いわしのかば焼き 塩昆布和え ぶた汁	750	2.8	牛乳 いわし 塩昆布 ぶた肉 豆腐 みそ	ご飯 でん粉 米油 砂糖	キャベツ きゅうり にんじん こんにゃく ごぼう 玉ねぎ ねぎ
10 (木)	ミルクパン カボナータ ポトフ ぶどう ㊟	801	3.4	牛乳 とり肉 ウィナーソーセージ	ミルクパン 米油 砂糖 じゃがいも	なす 玉ねぎ にんじん 白菜 グリンピース トマト にんにく キャベツ ぶどう
11 (金)	ご飯 さけのしょうゆこうじ焼き さつまいもサラダ あらめの炒め煮	767	2.3	牛乳 さけ ぶた肉 あらめ 油揚げ みそ	ご飯 さつまいも ノンエッグマヨネーズ 米油 砂糖	しょうが きゅうり にんじん 竹の子 三尺さざげ こんにゃく
14 (月)	ご飯 万願寺甘とうのみそ炒め しそ和え ちゃんこ汁	716	2.4	牛乳 ぶた肉 厚揚げ みそ ミートボール 豆腐	ご飯 米油 砂糖	万願寺甘とう キャベツ にんじん 玉ねぎ こんにゃく 大根 きゅうり 赤じそ 水菜
15 (火)	ぶた玉キムチ丼 (ご飯) 中華スープ おさつチップス 【除去食対応有り】	753	2.5	牛乳 ぶた肉 炒り卵 とり肉	ご飯 砂糖 米油 さつまいも はちみつ	にんにく ねぎ にんじん 白菜 白菜キムチ 玉ねぎ もやし キャベツ にら
16 (水)	ご飯 シイラのレモン和え えのきたけの和え物 野菜のそぼろ煮	785	2.1	牛乳 シイラ とりひき肉 がんもどき	ご飯 でん粉 米油 砂糖 じゃがいも	レモン キャベツ えのきたけ 小松菜 にんじん 大根 こんにゃく
17 (木)	コッペパン ポークビーンズ イタリアンドレッシングサラダ 小魚 ㊟	742	3.4	牛乳 ぶた肉 大豆 豆乳 小魚	コッペパン (規格) じゃがいも 米油 イタリアンドレッシング	玉ねぎ にんじん トマト キャベツ きゅうり
18 (金)	ご飯 さわらのコチュジャン焼き 信田和え ごま坦タスープ	728	2.6	牛乳 さわら 油揚げ とりひき肉 豆腐 みそ	ご飯 砂糖 じゃがいも ごま 練りごま	にんにく ほうれん草 キャベツ にんじん 玉ねぎ ねぎ
24 (木)	ご飯 照り焼きハンバーグ 切干し大根の洋風炒め キャベツのみそ汁	788	3.2	牛乳 ハンバーグ ベーコン 油揚げ 豆腐 みそ	ご飯 砂糖 でん粉 米油	切干し大根 にんじん 枝豆 キャベツ 玉ねぎ ねぎ
25 (金)	秋のちらし寿司 (★すし飯) 月見汁 お月見ゼリー 【除去食対応有り】	733	3.2	牛乳 とりひき肉 錦糸卵 月見かまぼこ	ご飯 くり 米油 砂糖 さつまいも お月見ゼリー	にんじん 干しいたけ かんぴょう れんこん ほうれん草 玉ねぎ ねぎ
28 (月)	肉みそひじきそぼろ丼 (ご飯) うまごまきゅうり 吉野汁	712	3.1	牛乳 とりひき肉 ひじき みそ ぶた肉 豆腐	ご飯 米油 砂糖 ごま ごま油 でん粉	玉ねぎ にんじん しょうが ピーマン きゅうり えのきたけ ねぎ
29 (火)	ご飯 肉じゃが ツナ和え 手作りふりかけ	712	2.0	牛乳 ぶた肉 まぐろ油漬け 塩昆布 大豆フレーク	ご飯 じゃがいも 米油 砂糖	にんじん 玉ねぎ こんにゃく キャベツ 小松菜
30 (水)	ご飯 あじのカレー揚げ 万願寺甘とうのおかか炒め じゃがいものみそ汁	714	2.3	牛乳 あじ ぶた肉 糸かつお削り節 油揚げ みそ	ご飯 でん粉 米油 砂糖 じゃがいも	しょうが 万願寺甘とう にんじん こんにゃく 玉ねぎ ねぎ

(注) ご飯は福知山産コシヒカリを使用しています。㊟はスプーンのつくり。 () 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9月期(第4期)の口座振替は9月30日(水)です。残高不足にご注意ください。

応 告

株式会社 福島文進堂

・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

応 告

新築・注文住宅・リフォームのことなら

ここにしかない家

RIGHT TO WORK We do everything 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

応 告



・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

* 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。