

がっこうきゅうしよくこんだてよていひょう

令和8年10月

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

日 (曜)	献立名 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	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 (木)	こくとうパン ポロニアソーセージ きりぼしだいこんのサラダ スープに	607	2.6	ぎゅうにゅう ポロニアソーセージ ぶたにく	こくとうパン さとう じゃがいも こめあぶら	きりぼしだいこん こまつな にんじん キャベツ はくさい たまねぎ
2 (金)	ごはん さわらのてりやき マカロニサラダ ごまタンタンスープ	631	2.2	ぎゅうにゅう さわら とりひきにく みそ	ごはん でんぶん マカロニ さとう ノンエッグマヨネーズ じゃがいも ごま ねりごま	しょうが キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん だいこん なす
5 (月)	ごはん ヤンニョムチキン ナムル たまねぎのスープ	672	1.9	ぎゅうにゅう とりにく とうふ	ごはん でんぶん こめあぶら さとう ごまあぶら	しょうが にんにく だいこん みずな にんじん たまねぎ はくさい ほししいたけ
6 (火)	チキンカレーライス (ごはん) ツナサラダ こざかな ㊟	637	2.6	ぎゅうにゅう とりにく まぐろあぶらづけ 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 きゅうり
7 (水)	ごはん ホキフライ (ソース) キャベツととりささみのごまあえ じゃがいものみそしる	608	2.3	ぎゅうにゅう ホキフライ とりささみ とうふ あぶらあげ わかめ みそ	ごはん こめあぶら さとう ごま じゃがいも	キャベツ ほうれんそう にんじん たまねぎ
8 (木)	バターパン とりにくのトマトに アップルサラダ ぶどうゼリー	704	2.4	ぎゅうにゅう とりにく ロースハム	バターパン じゃがいも こめあぶら さとう ぶどうゼリー	たまねぎ にんじん ほししいたけ トマト なす にんにく キャベツ きゅうり りんご
9 (金)	ごはん さばのしおやき えのきたけのあえもの けのしる	618	2.4	ぎゅうにゅう さば あぶらあげ みそ	ごはん さとう さつまいも	はくさい えのきたけ こまつな にんじん だいこん たまねぎ ねぎ
1 3 (火)	ごはん あつあげのちゅうかいため あまずあえ じゃがいものスープ	622	2.5	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ あかみそ とりにく	ごはん こめあぶら さとう じゃがいも	たまねぎ にんじん しょうが こまつな キャベツ だいこん はくさい にら
1 4 (水)	ごはん まぐろのあげに きりぼしだいこんのようふういため ふのみそしる	611	2.6	ぎゅうにゅう まぐろ ベーコン みそ	ごはん でんぶん こめあぶら さとう ふ	きりぼしだいこん にんじん みずな たまねぎ キャベツ ねぎ
1 5 (木)	こがたパン ミートスパゲティ だいこんのスープ かたぬきチーズ	583	3.0	ぎゅうにゅう ぶたひきにく とりにく わかめ かたぬきチーズ	こがたパン スパゲティ こめあぶら	にんじん たまねぎ トマト だいこん
1 6 (金)	ごはん さけのごまふうみやき ツナあえ とうふのすましじる	562	2.2	ぎゅうにゅう さけ まぐろあぶらづけ とうふ かまぼこ とりにく	ごはん ごま さとう	しょうが キャベツ きゅうり にんじん ねぎ たまねぎ
1 9 (月)	キーマカレー (ごはん) かいそうサラダ くらだいずえだまめ ㊟	576	2.1	ぎゅうにゅう ぶたひきにく ぎゅうひきにく わかめ	ごはん こめあぶら カレールウ でんぶん	たまねぎ にんじん とうもろこし ほうれんそう しょうが にんにく だいこん キャベツ きゅうり くらだいずえだまめ
2 0 (火)	ごはん チキンチキンごぼう ひじきのあえもの すましじる	661	1.9	ぎゅうにゅう とりにく ひじき ぶたにく あぶらあげ	ごはん でんぶん こめあぶら さとう じゃがいも	ごぼう キャベツ にんじん きゅうり たまねぎ ねぎ えだまめ
2 1 (水)	ごはん さばのオイスターソースやき いとこんにやくのいためもの さつまじる	630	2.2	ぎゅうにゅう さば ぶたひきにく さつまあげ とりにく みそ	ごはん さとう こめあぶら さつまいも	しょうが いとこんにやく にんじん たまねぎ ピーマン だいこん ねぎ
2 2 (木)	ミルクパン きのごソースハンバーグ ポトフ りんご ◆カル秀メニュー	670	2.7	ぎゅうにゅう ハンバーグ ベーコン	ミルクパン こめあぶら さとう じゃがいも	たまねぎ ぶなしめじ にんじん はくさい こまつな りんご
2 3 (金)	ごはん ちくわのいそべあげ (2) おかかサラダ いものこじる	607	2.8	ぎゅうにゅう ちくわ あおのり いとかつおけずりぶし ぶたにく みそ	ごはん こむぎこ こめあぶら さとう さといも	にんじん はくさい きゅうり だいこん ごぼう こんにやく しろねぎ
2 6 (月)	ごはん とりにくのつづまस्टードやき ドレッシングサラダ コンソメスープ	600	2.4	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン	ごはん こめあぶら さとう じゃがいも	だいこん きゅうり にんじん キャベツ たまねぎ
2 7 (火)	ごはん さつまいもとにくだんごのあまずに うまごまきゅうり キムチスープ	656	3.3	ぎゅうにゅう ミートボール かまぼこ とうふ	ごはん さつまいも こめあぶら さとう でんぶん ごま ごまあぶら	なす ピーマン きゅうり たまねぎ にんじん ほししいたけ ねぎ はくさいキムチ
2 8 (水)	ごはん あじのなんばんづけ うのはなのいりに けんちんじる	616	2.2	ぎゅうにゅう あじ おから とりにく とうふ	ごはん でんぶん こめあぶら さとう さといも	いとこんにやく ごぼう ほししいたけ にんじん だいこん ねぎ
2 9 (木)	コッペパン こめこのシチュ イタリアンドレッシングサラダ こめこのクレープ (みかん) ㊟	688	2.6	ぎゅうにゅう とりにく とうにゅう こなチーズ ロースハム	コッペパン (きかく) こめこ イタリアンドレッシング こめこのクレープ	たまねぎ はくさい にんじん ぶなしめじ とうもろこし だいこん みずな えだまめ
3 0 (金)	こぎつねどん (ごはん) さつまいものみそしる かぼちゃプリン ㊟ 【除去食対応有り】	649	2.2	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ いりたまご ぶたにく とうふ みそ	ごはん さとう こめあぶら さつまいも かぼちゃプリン	たまねぎ にんじん だいこん はくさい しろねぎ

(注) ご飯は福知山産コシヒカリを使用しています。㊟はスプーンのつく日。() 内の数字は一人当たりの数量。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)

福島文進堂

・福島文進堂 福知山駅南町店
・ブックオフ 福知山駅南町店
・オフハウス 福知山駅南町店
・ハードオフ 福知山駅南町店
・ハードオフ工具館 福知山駅南町店
・ホビーオフ 福知山駅南町店
・Café Bar & Live お城の下で

TEL:0773-23-6377
TEL:0773-25-3535
TEL:0773-23-2332
TEL:0773-23-2277
TEL:0773-45-6565
TEL:0773-45-4200
TEL:0773-23-3339

新築・注文住宅・リフォームのことなら

ここにしかない家

RICHIO WORK We do carefully complete 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

D1cafe

・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、広告主に直接お問合わせください。