

令和7年4月分 京都市小学校給食献立表 深

C				⇔ #±□I	1604																		京都はぐくる	湯電章	/	ポ 田り	市教 [日女人	1 4
月日(曜)		義務教育 ③ * 4			(月)		3 4	4 月	15	日	(火)	\$(3 4	月月	16日	(기	()	1	D 4	1 月	17	日(オ	()		d 4	月18	日(슄	金)
献	(黄		l	ま	Ь	(黄) Ū́\	がた 型	<u>ب</u> د	ツ ^	° /\		(黄)			は		Ь	(黄)			ご	は	Ь	(黄)		١	は	ل <u>دن</u> هٔ
立	(赤	*) ‡			乳	(赤) 牛					乳	(赤)	羊				乳	(赤)	ぎゅう 牛				乳	(赤)		゚	つた	乳
名	1	鶏肉	ととう	ふの ぐ	くず煮	1	スパ	パゲテ	イの	ミ −1	トソー	-ス煮	1	き	つ	ね	丼	(真)	1	チ	+	ン	カレ	<i>,</i> –	2	こまつか	a きりぼしか	大根の煮	
11	2		:小松菜	のごま		2			しん草	-			2	+	ャベ	ツの		野汁	2	ひ	じ	き 0	ソソ:	テー	3	み		7	汁
	1	(赤)と	う	 			(黄) ス (赤) ^と		ィ(デュラ ひ	弘・セモ き	:リナ) 肉	27g 30		(赤) ½ (緑) ;		あ もね	げぎ	30g 35		(赤) 鶏 (黄) し (緑) た	= ;		肉もぎん	30g 40 50		(赤)さ (緑)し	よ	ば 1切う が	2
		(緑) た (緑) に	ま ん	ねきじん	₹ 30 v 10		(緑) t			ねじ	ぎ ん	60 10		(黄) を		ک ام	う	1.5	((緑) に (緑) し (黄) サ	, ,	よ・	じ んうがり かめ用) レー用)	15 0.4 1			理 すくちし	しょうゆ	2
材		(緑)し (緑)干	ょしい	うたに			(黄) †			ダ	油	0.8		д	,	Ŋ	Ь	0.5	((黄) 5 (黄) /' (黄) /	ľ,	ダ油(J タ 麦	レー用) ー 粉	1 4 6		(黄)米 (黄)片 (黄)	< <	粉 り 粉 (揚げ用)	3 6 2.5
化		料	理	12 12	酉 1		(黄) <u>/</u>		麦 トケヲ	トヤッ	粉 ップ・	1.5 10.5		2	すく	ちしょ	うゆ	5.3		ナ (赤) 肜 (赤) チ		レ · 脂 ;	一 粉 粉 乳 〔(小角)	1.2 5 5	<u></u>	(奥 <i>)</i> (緑) 切	油 (干		
			いくちし				İ	トマ	トピ	<u>а</u> –	- レ	12		(-	ナず	D i	ぶ し	0.9		(赤) E ト	ヨーグトマ	ブルト(ト ピ	調理用) ューレ ャツネ	552		(歳) 切(黄) 三	温り		
		うす (黄)片	すくちし く	/ょうり り 粉			7	フス	タ <i>ー</i> 塩	ソー	- ス	2.8 0.5	2	(赤) 奚	1 1		肉	15)	~—"	ヾキュー	シーえ	4 1.7 0.7			_	しょうゆ	
		け	ずり	ぶし	1 ر			<u>-</u>	U	よ	う(0.02		(緑)に		, じ	h	10		こナ			ょ う パウダー パ イ ス	0.02		(緑)に (緑)小	んが	じん菜	5
料	2	(赤)ま (緑)に	ぐ ろ ん	油 漬 じ ん		2	(緑) (3	5 n	Ь	草	70		(緑) =	= +	へ	ツ	30		オご			ょうゆ				すくちに	しょうゆ	
11		(緑) 小	松	菜	克 70		(緑) [(黄) †		_ ラ	ダ	ン 油	10 0.7				塩	- 11	0.4	2	(赤) S (緑) に	ミック	フスピ ん	ニンズ じ ん		3	(赤)と (緑)た	う ま	ね ぎ	
		(黄) サ (黄) い		ダ 泊 ご ま	₹ 3		_	_	塩			0.3		· (黄) 岸		ちしょ ′ り	つゆ	2.5	((赤) ひ (黄) ち (黄) さ	ታ -	کے	き ダ 油 う	3 1 0.4		(赤) 乾(赤) 白	燥 わ み	かめそ	0.5
		みこし	り いくちし	ん ょこうは			,	Ĺ うすぐ	し くちし	よ .ょ>		0.01 0.9		(52)		b i	روا.	1.5		7.	: 5すく	・塩 し くちし	ょ う	0.09 0.01 1.9		(赤)信	州 ず り	みそ	- 9
,			. – –	, 0, , ,	2.0			ノタ゛	< 5 C	0 0 -	עוכ	0.5						1.0		_	, , ,		5 7 12			10			1.0
月日(曜)		-		21日					22		(火		•			23日			1			24					月 25		金)
	(黄	£ 4				(黄	① 4	4 月		日	(火) パン	(黄)	2 4) ご				() 6	(黄)	D 4	4 月			k) ん	(黄	9 4	月 25		
献	÷	和念 4		21 日 は	(月) ん _«	(黄))	4 月 つ (22	日ッ	(火 ペノ) ペン 乳	(黄)	2	4 月 2	23 日 は	(オ	く) んご乳に	(黄) (赤)	できます。	4 月	24 ご	日(オ	大) ん 乳	ż	9 4	月 25	日(슄	金)
献立	(黄	和念 4) 4 月 ご このあん	21日 は かけごは	(月) ん はん(真)	(黄)	1	4 月 つ I	22 ナコ クモ	日ッ・ビー	(火 ペノ - ン	パン乳イズ	(黄)	2 / ご 等 9 な		23日 は のし	(オ	く) ん。乳 が煮	(黄) (赤)	で 変 き 中 か 和 が	1 月	24	日(オ は ー ど	大) ん。乳 う	(黄)	9 4) ご) 準	月 25	日(슄	金) ん 乳
献	(黄	利念 4 :) 麦 たけの だいこ) 4 月 ご このあん ん葉とじゃ	21日 は かけごは ゃこのい	(月) ん はん(真)	(黄)	1	4 月 つ I	22 ナコ クロ	日ッ	(火 ペノ - ン	パン乳イズ	(黄)	2 / ご 等 9 な		23日 は のし v草の	(オ	く)ん乳煮し	(黄) (赤)	で 変 き 中 か 和 が	1 月	24	日(オ は ー ど 煮	大) ん。乳 う	(黄)	9 4)ご) 学 じゃ	月 25 し がいも	日(金は	金) ん 乳 煮 ぎろ
献立	(黄 ① ② ③	利象 4 i) 差 たけの だいこ。 番	04月 ごのあんな葉とじゃる 菜 な	21日 は かけごに ゃこのい の み	(月) ん はん(具) ためもの そ 汁 40g 10g	(黄 (赤 ① ② ③	① · · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	4 月 つ 一 松	ナコ クゼ 菜 (日ッ・ビアン	(火 / ペ / ンテ) パン乳 バーズ 25g	(黄) (赤) ① ② ③	2 ご 年 3 ほ す (赤) な	・ 月 が	23日 は の ² 草の ま	(オ うび (角)	く) ん乳煮し計 40g	(黄) (赤) (赤) ① ② ③	り グラック できまっ 一 できまっ 一 できまっ 一 できまっ 一 できまっ 一 できまっ 一 できまっ こうしゅう しょう しょう しょう しょう しょう しょう しょう しょう しょう しょ	1 月	24 ご り 検 *	日(オーは 一 ど 煮	ん乳ふけこ	(黄 (赤) (赤)	9 4) ご) ^準 じ ッナ。 (赤) 鶏	月 25 がいも とわかめ ひ	日 (á は のそほ のさっ! き 肉	を ん 乳 煮 ぱり煮 はり煮 25g
献立	(黄 ① ② ③	利象 4 i) 差 たけの だいこ。 番	04月 ごのあんな葉とじゃる 菜 な	21日 は かけごに ゃこのい の み	(月) ん(具の ためも。汁 40055	(黄 (赤) ① ② ③	1) 。 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	4 つ 一松 上たこ	1 22 ナ フ v 菜 - 角 ま	日ッピの一切ね	(ペーノ 肉豆ぎ) パン乳ズ - ズ 25g 28 50	(黄) (赤) (赤) (3)	2 ご 牛 な ほ す (赤線) to compare to	まれん ぎょく	23日は しゅの 質う	(オーラびー)がう	く) ん乳素し許 40g 1.1	(黄) (黄) (赤) (赤) (3)	できまり は、赤糸緑緑のは、赤糸緑緑のは、木木のは、木木のは、木木のは、木木のは、木木のは、木木のは、木木のは、	1 月	24 ご り 根 * 豚う	日(オーは 一 ど 煮	ん乳ふけこ	(黄 (赤) (赤)	9 4) ご [*] + じ ッ [*] サ	月 25 し がいも とわかめ	日(会は のその のかっ のかっ のもの もいる	を ん 乳 煮 煮 煮 1 258 70 50
献立名	(黄 ① ② ③	利 :) :i :i :i :i :i :i :i :i :i :i	04月 ごあんば ひんのよ	21日はがいる かけでいる のみ のみ のみ	(月) ん(具) はん(もの・汁 4005588 4005588	(黄 (赤 ① ② ③	1)) (((((()))) (赤赤緑緑黄) ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	4 つ ー・松 Lttat	22 オ ク菜 豚 まんラ	日ッ ビカー 切 ねじダ	火 パーノ 肉豆ぎん油) パン乳ズーズ 25g 28	(黄) (赤) (赤) (3)	2 ご 中 な ほ す (が () c る d) c	まうれまま	23日は しゅ 質う	(オ うび)がうん	く) ん乳素し計 40g 1.1 1.1	(黄) (黄) (赤) (赤) (3)	できまり は、赤糸緑緑のは、赤糸緑緑のは、木木のは、木木のは、木木のは、木木のは、木木のは、木木のは、木木のは、	1 月	24 ご りまん 豚う まんよう	日 ーの ねじうダ はど 煮 肉ふぎんが油	ん乳ふけこ	(黄 (赤) (赤)	9 4) ご 年 じ ツ 赤 黄 緑 泉) ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	月 25 がい も とわか か か ま 度	日(会は のその のかっ のかっ のかっ のかっ のかっ のかっ のかっ のか	を ん 乳 煮 煮 素 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10
献立	(黄 ① ② ③	利 :) :i :i :i :i :i :i :i :i :i :i	04月 ごあんば ひんのよ	21日はがいる かけてのみ のみ のみ	(月) ん(具) はん(もの・汁 4005588 4005588	(黄 (赤 ① ② ③	1))) (((((()))) ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	4 つ ー・松 Lttat	22 コ し (- 角 チャラケ	日ッ ビカー 切 ねじダ	(ペーノ 肉豆ぎん油プ) パン乳ズーズ 25g 50 10 1 9	(黄) (赤) (赤) (3)	2 ご 中 な ほ す が l c a 米 z	まうながれます。	23日は しゅの 質う	(よ 煮 し) がうん酒ゆ	く) ん乳素し計 40g 1.1 1.1	(黄) (黄) (赤) (赤) (3)	の で表が中。和家切 じ 赤赤緑緑緑黄黄 かまから かまり しょうだにしゃさん	1	24 ご りまん 豚う まんよう	日 ーの。 ねじうダ は どっ煮 肉ふぎんが油うん	らうつ うつ 208 80 10 0.5 1	(黄 (赤) ① ②	9 4 ご * せ じ ッ 赤 黄 緑 緑 緑 緑 は	月25 がわかめままん	日 は ののきいね うに の のきがく	を ん 乳 煮 煮 25g 70 0.5 20
献立名	(黄 ① ② ③	利 :) :i :i :i :i :i :i :i :i :i :i	月 こ あ と 菜 ひん のよう くくく	21 は ご い かっと ひ きじ こうダ しょり うう まかり ひ きじ こうダ しょり うう	(月ん、具の計 gg 4055885554553 40558 4553	(黄 (赤 ① ② ③	() () () () () () () () () () () () () (4 つ 一松 上大ミニナトウ	22 オ ク*菜 豚 まんラト	日 ッ ごの 一 切 ねじダチソ	(ペーノ 肉豆ぎん油プス) パン乳ズーズ 25g 50 1.6 0.45	(黄 (赤) (赤) (赤) (3) (1) (2) (2)	2 ご 中 な ほ す が l c a 米 c た l c a x と c た l c a x と c a x と c a x と c a x と c a x と c a x と a x	まう ようごかはいす いす こく	23 は し の 飲う より理しし あ	(よ 煮 し (うう)がうん酒ゆゆ げ	がた 40g 1.45 1.45 1.45 1.1 1.45 1.1 1.45 1.1	(黄) (黄) (赤) (赤) (3)	2 *麦*牛・和*切 じ 赤か	1	24 と と と と り 理 ・ ・ ・ ・ ・ と り 理 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ と り 理 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	日 ーの ねじうダ	らうつ ん乳ふけこ 208 310 0.5 1.2 1.2 0.6		9 4 ご ** じ ツ 赤黄緑緑緑 黄黄 か ナ 鶏じた三し糸サさ	月25 がわひゃま よんラ が 度 が と と	日は ののきいね うにダ と つ のきいね うにダ	を ん。乳・煮・煮 25g 70 10 10 10 10 10 10 10 10 10 1
献立名	(黄 ① ② ③ ①	利 ((((((((((((((((((((((((((((((((((((月 こ あ と 菜 ひん のょう くくくず しん じ く つこ と理塩しし り	21 は ご い きじ うダ 、 より ぶ か き ひ きじ こうダ ・ よより ぶ ちんに記 た 注 ご は は 粉し	(月ん、具の・汁 4055855545535 かかか そ りょぎがもう雪 ゆりかい 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	(黄 (赤 ① ② ③	()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()(4 つ 一 [®] 松 上大ここナト	22 オ ク*菜 * まんラトタ	日 ッ ビの一 切 ねじダヤッ) パン乳ズーズ 25g 50 1.6	(黄 (赤) (赤) (赤) (赤) (3) (1) (2) (2)	2	1 まう ようごかはこう かん まま くく んう	23 は しゃ草 とり理しし あっれと しの 節う ょょ じん	(よ 煮 し (うう)がうん酒ゆゆ げん	がた がた 40.3 1.1 1.45.7 1.1 1.45.7 1.1 1.05.5	(黄) (黄) (赤) (赤) (3)	(1) (1) (表表) (1) (表表) (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1	1	24 とり理 塩 は から とり 理 塩	日 ーの。 ねじうダー へんかきんが油うん酒粉	うつ らうつ 20g 80 30 0.5 1 1.2 0.6 0.2		9 4 ご *	月25 がわひゃまょんラと理	日は ののきいね うにダ と つ のきいね うにダ	を ん。乳・煮・煮 25g 70 10 10 11 11
献立名	(黄 ① ② ③ ①	利 ((((((((((((((((((((((((((((((((((((月 こ あ と 菜 ひん のょう くくくず しん じ く つこ と理塩しし り	21 は ご い きじ うダ 、 より ぶ か き ひ きじ こうダ ・ よより ぶ ちんに記 た 注 ご は は 粉し	(月ん、具の・汁 4055855545535 かかか そ りょぎがもう雪 ゆりかい 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	(黄) (赤) (赤) (3)	() () ((((((((((((((((((((((((((((((((4 つ 一般 上大きこナトウ こコ…小月 1	22 コ し (一角) ヨー塩 松	日 ッ ごの一 切 ねじダチソ ょり	(ペ 人 肉豆ぎん油プス・うエ 菜) ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	(黄 (赤) (赤) (赤) (赤) (3) (1) (2) (2)	2	・ 月 一 節 れ しょう いす い う く く んう く	23 のできょうとり理らち言かれとりち日は しの 節う よよ じんしょ	(く) ん乳 煮 し計 40g 1.1.1 1.45 7.1 1.45 0.5.1 3.4	(黄) (赤) (赤) ① ② ③	(1) 「	月 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	24 とり理 塩もち とり理 塩もち	日 一の。 ねじうダー よより (はど)煮 肉ふぎんが油うん酒粉 ゆゆ粉	うつ らうつ 20g 80 30 0.5 1 1.2 0.6 0.2		9 4 ご *	月25 がわひゃまょんラと理	日は ののきいね うにダ はつ のきいね うにダ	を ん。乳・煮・煮 25g 70 10 10 10 10 10 10 10 10 10 1
献立名材	(黄 ① ② ③ ①	利 ((((((((((((((((((((((((((((((((((((月 こ あ と 菜 ひん のょう くくくず しん じ く つこ と理塩しし り	21 は ご い きじ うダ 、 より ぶ か き ひ きじ こうダ ・ よより ぶ ちんに記 た 注 ご は は 粉し	(月ん、具の・汁 4055855545535 かかか そ りょぎがもう雪 ゆりかい 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	((赤) (赤) (3) (3) (1)	() () () () () () () () () () () () () (4 つ 一・松 上大ミこナ/ ウ こつ・ハンこ 月 一 マス ポー	22 コ し (- 角 ヨー塩 松が	日 ッ ごの一 切 ねじダチソ より いじ	() ペーノ 肉豆ぎん油プス・うエー) ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	(黄 (赤) (赤) (赤) (赤) (1) (2) (3) (1) (2)	2	・ 月 一	23 は しゃ草 とり理らち あれとりちり ぼう よょ じ / よん	(がた がた 1.45 1.45 1.45 1.45 1.45 1.45 1.45 1.45	(黄) (赤) (赤) ① ② ③	(1) 「	月 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	24 とり理 塩もち りょく とり とり はっち とり はっち とり はっち とり はっち とり はっち とり はっち とり はっし りょう しょう しょう しょう しょう しょう しょう しょう しょう しょう し	日 一の。 ねじうダー ょよりぶ (はど)煮 肉ふぎんが油うん酒粉 ゆゆ粉し	ううつ 20g 80 310 0.5 1 1.2 1.2 0.6 2.2 2.5 2 1	(黄) (赤) (赤) (1) (2) (1)	9	月25 がわひゃま ょんラーく かが めが 度 し と理り	日は ののきいね うにダ より 油 は り 肉もぎ豆がく油う酒ゆ粉 漬	を おり 25g 3 10 20 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1
献立名	(黄 ① ② ③ ①	A	月 んじ の 文葉 歌 ひん のよう くくくず らいうり く	21 は じ の み 缶 うう より ぼんダご より めんに記かぶっぷ はぬ ぎし し うぶんし し うきにもん かん	(((赤) (赤) (3) (3) (1)	()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()()(4 つ 一・松 上大ミこナ/ ウ こつ・ハンこ 月 一 マス ポー	22 オーク*菜 家 まんラ ターしー 。 ん 22 コート (- 角 - ヺー塩 - 松が	日 ッ ごの一切 ねじダチソ より い	(ペ ー / 肉豆ぎん油プス・うエ 菜も・) ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	(黄 (赤) (赤) (赤) (赤) (小) (2) (3) (3)	2	・ 月 一	23 のできょうとり理らち言あっれとりちり言う日は しの 節う ょょ じん よう じんしん	(よ 煮 し (うう じん草うんゆし ふん	く) ん乳煮し計 40g 1.1.1 1.45 7.1 1.45 0.5 1.3 0.3 30 5	(黄) (赤) (赤) ① ② ③ ①	の *麦*牛・和*切 じ 赤赤緑緑緑黄黄 黄 赤緑 かまり じ 赤赤緑緑緑黄黄 黄 赤緑	月 ダ風計 ニュニンナミッキコ こうよう 曲ニ	24 し、根 豚う とり理 塩しし り あ	日 一の ねじうダー しょょりぶ じ大 は ど煮 肉ふぎんが油うん酒粉 ゆゆ粉し げん根	らうつ を到かけこ 20g 80 10.5 1.2 10.6 2.2 2.3 10.7 5	(黄) (赤) (赤) (1) (2) (1)	9))	月 が わひゃま ょんラ くく く が 度 い と理ら !!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!	日 は の の きいね うにダ より 油べく さ い や う 油べっ かいかん カーカー カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カ	を も も も も も も も も も も も も も
献立名材	(黄 ① ② ③ ①	A	4 ご の 葉菜 ひん のよう くくくず らいうり く ゃ 方 あ と 菜 ひん のよう くくくず らいうり く かがった かじ で つっこ と理塩しし り すこ り理し あが	21 は じ の み 缶 うう より ぼんダご より めんに記かぶっぷ はぬ ぎし し うぶんし し うきにもん かん	(((赤) (赤) (3) (3) (1)	((())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())<th>4 つ 一松 とくここけんり こロミハジこけ こう 月 1 マス ニューギ</th><th> 22 コ し (- 角 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・</th><th>日 ッ ごの一 切 ねじダヤソ より いじダ よ</th><th>(ペーノ 肉豆ぎん油プス うエ 菜もん油 う () ()</th><th>) ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・</th><th>(黄 (赤) (赤) (赤) (赤) (小) (2) (3) (3)</th><th>2</th><th>まう ・ 月 ・ 節 れ ・ いす ・ いす ・ いす ・ いす ・ 人 ・ 、 ・ 、 ・ 、 ・ 、 ・ 、 ・ 、 ・ 、 ・ 、</th><th>23 のとまことり理らち、あいとりちり、うれに日は、して、節うしょ。 じんしん じんしん</th><th>(</th><th>く) ん乳煮し計 40g 1.1.1.1.1.1.1.1.1.1.1.1.1.1.1.1.1.1.1.</th><th>(黄) (赤) (赤) ① ② ③ ①</th><th>9 ・麦疹牛・和*切 じ 赤糸緑緑(緑黄黄 黄 赤緑緑)) 赤糸緑)(赤糸緑)) 黄 赤緑 が じ 赤緑)) 黄 赤緑 が こうげん 消に切言さ</th><th>月 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・</th><th>2 ご りた まんょう レ くくく か ん干 く 4 レ 規 が 豚う とり理 塩しし り あ 温し</th><th> 日 一 の</th><th>うっつ ん乳ふけこ ²⁰⁸ ³⁰ ¹¹ ¹¹ ¹⁰ </th><th>(黄) (赤) (赤) (1) (2) (1)</th><th>9))</th><th>月 が わひゃま よう くく ぐゃ燥り か か 皮 は と理ち ろ わ</th><th>日はののきいねっにダーより 油べかごく そさ いっしゃ う 油べかご かりあい かんしゅ かんしゅ かんしゅ かんき 正がく油う酒ゆ粉 漬ツめま</th><th>を おり 25g おり 25g 1 25g 1 0.5 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10</th>	4 つ 一松 とくここけんり こロミハジこけ こう 月 1 マス ニューギ	22 コ し (- 角 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	日 ッ ごの一 切 ねじダヤソ より いじダ よ	(ペーノ 肉豆ぎん油プス うエ 菜もん油 う () ()) ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	(黄 (赤) (赤) (赤) (赤) (小) (2) (3) (3)	2	まう ・ 月 ・ 節 れ ・ いす ・ いす ・ いす ・ いす ・ 人 ・ 、 ・ 、 ・ 、 ・ 、 ・ 、 ・ 、 ・ 、 ・ 、	23 のとまことり理らち、あいとりちり、うれに日は、して、節うしょ。 じんしん じんしん	(く) ん乳煮し計 40g 1.1.1.1.1.1.1.1.1.1.1.1.1.1.1.1.1.1.1.	(黄) (赤) (赤) ① ② ③ ①	9 ・麦疹牛・和*切 じ 赤糸緑緑(緑黄黄 黄 赤緑緑)) 赤糸緑)(赤糸緑)) 黄 赤緑 が じ 赤緑)) 黄 赤緑 が こうげん 消に切言さ	月 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	2 ご りた まんょう レ くくく か ん干 く 4 レ 規 が 豚う とり理 塩しし り あ 温し	日 一 の	うっつ ん乳ふけこ ²⁰⁸ ³⁰ ¹¹ ¹¹ ¹⁰ 	(黄) (赤) (赤) (1) (2) (1)	9))	月 が わ ひゃま よう くく ぐゃ燥り か か 皮 は と理ち ろ わ	日はののきいねっにダーより 油べかごく そさ いっしゃ う 油べかご かりあい かんしゅ かんしゅ かんしゅ かんき 正がく油う酒ゆ粉 漬ツめま	を おり 25g おり 25g 1 25g 1 0.5 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10
献立名材	(黄 ① ② ③ ①	利 ((((((((((((((((((((((((((((((((((((月 ん じ の で と で な と で は こ し り で す こ か り で し で な こ か ま れ で は こ し り で す こ か り で し で ま れ で か ま れ か ま れ で か ま れ で か ま れ で か ま れ か ま れ で か ま れ で か ま れ で か ま れ で か ま れ か ま れ で か ま れ か ま ま れ か ま ま れ か ま れ か ま れ か ま れ か ま れ か ま れ か ま れ か ま れ か ま れ か ま れ か ま れ ま れ	21 は ご の み 缶 うう ぶ ぼん グご よ ねべに 京	((黄) (清) (清) (3)	((())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())(())<td>4 つ 一般 上大きこナトク こつ… 小ジこナ こう… 月 1</td><td>22 コ ・ グ・菜</td><td>日 ッ ごの一 切 ねじダチソ より いじダ よよ</td><td>(ペーノ 肉豆ぎん油プス うエ 菜もん油 うゆ</td><td>) ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・</td><td>(黄 (赤) (赤) (赤) (赤) (小) (2) (3) (3)</td><td>2</td><td>・</td><td>23 のとまことの理らち言えれとりちじつ わ塩もり日 は しの 節う ょょ じん よん じんしん</td><td>(</td><td>く) ん乳煮し計 40g 11.1.1.1.1.1.1.1.1.1.1.1.1.1.1.1.1.1.1</td><td>(黄) (赤) (赤) (赤) (木) (木) (木) (木) (木) (木) (木) (木) (木) (木</td><td>9 ・麦疹牛・和*切 じ 赤赤緑緑緑黄黄 黄 赤緑緑黄 上とたにしちさみ米オーこう片は、油に切三うけ</td><td>月 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・</td><td>24 とり理 塩しし りまる 温し</td><td>日 一の ねじうダー しょよりぶ じ大 よぶ (は どょ煮)肉ふぎんが油うん酒粉 ゆゆ粉し げん根糖ゆし</td><td>らうつ ん乳ふけこ ²⁰⁸ ⁸⁰ ¹ ¹ ¹ ¹ ¹ ¹ ¹ ¹</td><td>(黄) (赤) (赤) (1) (2) (1)</td><td>9)) (</td><td>月 がわりゃま よう くく ぐゃ燥り か か 皮 が 皮 と理り ろ わ と</td><td>日は ののきいね うにダ より 油べかご (そ さ) 肉もぎ豆がく油う酒ゆ粉 漬ツめま</td><td>を お は 1 258 2 70 1 0.5 1 0.5 </td>	4 つ 一般 上大きこナトク こつ… 小ジこナ こう… 月 1	22 コ ・ グ・菜	日 ッ ごの一 切 ねじダチソ より いじダ よよ	(ペーノ 肉豆ぎん油プス うエ 菜もん油 うゆ) ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	(黄 (赤) (赤) (赤) (赤) (小) (2) (3) (3)	2	・	23 のとまことの理らち言えれとりちじつ わ塩もり日 は しの 節う ょょ じん よん じんしん	(く) ん乳煮し計 40g 11.1.1.1.1.1.1.1.1.1.1.1.1.1.1.1.1.1.1	(黄) (赤) (赤) (赤) (木) (木) (木) (木) (木) (木) (木) (木) (木) (木	9 ・麦疹牛・和*切 じ 赤赤緑緑緑黄黄 黄 赤緑緑黄 上とたにしちさみ米オーこう片は、油に切三うけ	月 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	24 とり理 塩しし りまる 温し	日 一の ねじうダー しょよりぶ じ大 よぶ (は どょ煮)肉ふぎんが油うん酒粉 ゆゆ粉し げん根糖ゆし	らうつ ん乳ふけこ ²⁰⁸ ⁸⁰ ¹ ¹ ¹ ¹ ¹ ¹ ¹ ¹	(黄) (赤) (赤) (1) (2) (1)	9)) (月 がわ りゃま よう くく ぐゃ燥り か か 皮 が 皮 と理り ろ わ と	日は ののきいね うにダ より 油べかご (そ さ) 肉もぎ豆がく油う酒ゆ粉 漬ツめま	を お は 1 258 2 70 1 0.5 1 0.5

♥地産地消献立 **和 (なごみ)献立** 今月のセルフ給食 献立名に(具)の表記がある献立は、各自でパンにはさんだり、ごはんにのせたり、まぜたりして食べます。

⑤ スチームコンベクションオーブンを使った献立……⑥五目煮豆 ⑫なま節のしょうが煮

京都市の小学校給食は下表の期間で実施します。 授業日の日程により、各学校で給食実施日が異なります。

期間	日程	回数
4月~ 7月	4月15日(火)~7月18日(金)	66回
9月~12月	8月26日(火)~12月24日(水)	82回
1月~3月	1月 7日(水)~ 3月19日(木)	49回
特別給食実施日(義務教育学校のみ)	4月14日(月)	10

*特別給食実施日の献立は義務教育学校が対象となり

ただし、実施は各学校により異なります。各学校の 予定をご確認ください。

献立者

京都市の学校給食は、月ごとに全市同一の 献立を決め、市内を「北・中京・下京・東山・南」 「右京・西京(花背小中含む)」「上京・左京・山科」 「伏見」の4つの支部に分けて実施しています 部別に実施日を決めています。日付の前に書かれている数字がこのギョマー そのため、それぞれの献立に番号をつけて支 は該当する支部毎に配付されます。

2 食品の分量

食品の分量は、中学年(3・4年)の児童が食べ る量で記載しています。低学年(1・2年)、高学 年(5・6年)の児童が食べる量は、中学年を基準 に20%程度の差をつけて実施しています。

3 栄養の三色分け

それぞれの献立に使われる食品を栄養素が体 の中で果たす役割によって、赤(体をつくる)・ 黄(熱や力のもとになる)・緑(体の調子を整え る)の三色に分けています。バランスのとれた

食生活をおくる「めやす」とするための分類方法 の一つです。ご家庭でも、三色の食品を組み合 わせて、栄養のバランスがとれた食事作りの参 考としてください。

その月の行事献立は 、地産地消(知産 知消)献立にはそのマーク、和(なごみ)献立は スチームコンベクションオーブンを使った献立 は**⑤**のマークでお知らせします。

おかずの内容の欄で食品をいくつかくくって いることがあります。これは、下味をつける、 ルーを作る、別炊きにする、揚げる等の調理作 業を行う場合を表しています。

その他にも給食に関する話題や調理法も 掲載しますので参考にしてください。なお、 給食物資については、一部変更することが ありますので、あらかじめご了承願います。

いかのおすし 【こ納所小学校6年北村 食べきれる量を 考えよう 向島小学校 6年 髙橋

↑ 行事献立 ♥ 地産地消献立 | 和 (なごみ)献立 🧟 今月のセルフ給食 献立名に(具)の表記がある献立は、各自でパンにはさんだり、ごはんにのせたり、まぜたりして食べます。

S スチームコンベクションオーブンを使った献立……⑥五目煮豆 ⑫なま節のしょうが煮

4月28日(月) **5** 5月1日(木) 4月30日(水) 5月2日(金) 6 8 2 (黄) 麦 (黄) 菱 は (黄) は (黄) バターうずまきパン h h 献 (赤) 牛 (赤) 牛 (赤) 普 (赤) 等 乳 立 鶏肉のからあげ 豚肉のしょうがいため 1 高野どうふの節とじ じゃがいものクリームシチュー _{まめ} Ě **2** はるさめスー ②**⑤**五 名 ふの苦野洋 ひじきの煮つけ う 3 り ご ゼ 野菜 の 50g 0.8 | ① [(赤) 高野どうふ(角切) 10g (赤) 鶏 肉(もも) 55g ① (赤)鶏 25g ょ^がう が酒 で せいこうゆ 理 酒 1 (黄) じ がいも 60 (黄) さ بح ゃ う 1.4 料うす 塩 0.4 ぎ 40 (緑)た ま ね うすくちしょうゆ 3.4 う 0.02 ょ (緑)に じ 15 h h50 (赤) 鶏 こいくちしょうゆ 1.1 (黄)サラダ油(炒め用) (緑) た ぎ 30 ま ね (黄)米 粉 -3 〔(黄) サラダ油(ルー用) 材 0.9 (緑)に h 10 < Ŋ (黄)片 粉 (黄)バ 夕 2.5 (揚げ用) う 0.4 油 3 بح (黄)小 麦 粉 4 (赤)ち (赤)大 (緑)にこ わ豆 うすくちしょうゆ 4.4 (赤)脱 脂 粉 乳 5 20 ② (緑)た ま ぎ ね じ hんくぶ Ŋ ぶし 1.2 (赤)チ ズ(小角) 5 んだに (緑) に じ h 5 h8.0 塩 (緑)も ゃ 15 L 0.9 三こいくちしょうゆ L う 0.02 ょ (赤)油 12 ンゲ (緑)チ 菜 10 10 (緑)に じ る さ (黄) は め 3 h (緑)に 5 (赤)と (緑)ほ うれ h じ h ん う う プ ス -15 じ き 4 (赤) ひ 料 (緑) キ ヤ ヘ ツ 42 理 酒 (黄)サ 油 0.5 (緑) コ 10 0.4 た Ĭ 0.8 (黄)三 糖 8.0 (黄)サ ラ ダ 油 0.7 う 0.02 し ょ うすくちしょうゆ (黄)片 く り 粉 け ず り ぶ し 2 h 塩 0.2 うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 3.6 う 0.01 ょ ③ (緑黄) りんごゼリー 1個 (30g) うすくちしょうゆ りぶし 8.0

今月の給食指導の目標

みんなで仲よく 楽しく食べよう

4月分 平均摂取量

区分	エネルギー (kcal)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)
高学年	693	378	3.3
中学年	607	351	2.7
低学年	529	326	2.2

今月の行事献立

行事名	献立番号
入学祝	3
こどもの日	5

京都市教育委員会のホームページか ら、今月のレシピ(2つ)を見ること ができます。

京都市 和食推進の日 検索



ご入学・ご進級 おめでとう ございます



京都市小学校給食の献立内容について

- 味覚を育てるためにいろいろな食 品や旬の食べ物を使っています。
- 食べ物そのものの味を味わえるよ う、うす味を心がけています。 ○京の伝統食を伝える献立や行事
- 食、京野菜を使った献立なども取 り入れるようにしています。 ○ 成長期に必要な栄養のバランスが
- とれた食事内容で、安心安全な給 食を実施するため、手作りを基本 にしています。 ○ 食材は生産過程がはっきりわかる ものを使用できるよう、地場の産
- 物や国内産の調達を心がけていま

月に1回「和食推進の日」を設け、 その日は牛乳を提供せず(夏場の6~ 9月分は、牛乳を提供します。)、より 和食の特徴や良さを伝える「和(なごみ) 献立」を実施しています。【京都市 和 食推進の日】で検索してみてください。



セルフまぜごはんもあります

麦ごはん・・・・・・米粒状の大麦を25%混ぜたもの 玄米ごはん・・・・・国内産玄米を20%混ぜたもの

胚芽米ごはん・・・国内産胚芽米を40%混ぜたもの

せるごはん

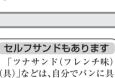
減量ごはん·····米が通常より20g少ない、麺料理と組み合わ

「ちらしずし(具)」などは、自分し

でごはんに具をまぜ合わせます。「コ

子どもたちの健やかな成長を願い、京都市では、米を 中心とした栄養バランスに優れた「和食」を学校給食 の基本と位置づけ、京の食文化を伝える献立の充実を 図っています。

成長発育期の児童に必要なカルシウムが効果的に摂 取できるように、給食での飲用がすすめられています。 乳牛から搾った生乳(原乳)をそのまま殺菌・均質 化した普通牛乳を使用しています。



をはさみます。 ~パン~ コッペパン……… ·国内産小麦粉 100%使用

全粒粉パン・・・・・・京都府産全粒粉30%、 国内産小麦粉70%

味つけコッペパン・・・・砂糖が多めの味つけ

ミルクコッペパン・・・・加糖練乳入り

バターうずまきパン・コンパウンドマーガリン入り

黒糖コッペパン・・・・・砂糖に代えて黒砂糖使用

炊きこみごはん・学校の回転釜で米と具を一緒に炊いたもの (「炊きこみ五目ごはん」「カレーピラフ」など) ・ 小型コッペパン・・・・ 麺料理と組み合わせる小さいパン

0

0

0

0

Ø

0

0

0

O

0

0

Ø

0

Ø

Q

学校給食献立表[家庭配布用]における アレルギーの原因物質を含む食品の表示について

原材料の表示が義務付けられている8品目のうち、給食では使用しない「そば」を除いた7品目に、 給食でよく使用する「大豆」を加えて「卵、大豆、牛乳、小麦、落花生、えび、かに、くるみ」の8品目 を原材料とする食品について献立表に「○」「×」で「使用」「不使用」の表示をしています。

毎月、アレルギーの原因物質を含む食品に関して献立表に載せていきますが、「通年使用分」として 以下の食品をあげますので、毎月の献立表と合わせて参考にしていただきますようお願いいたします。

プレバ	アナーの原因物質を含	(J	艮미		見(⊯∸	十丈	.HJ	ע מ		
	食品名	アレルギーの原因物質									
	及吅石	鶏卵	大豆	牛乳	小麦	落花生	えび	かに	くるみ	>	
	パ ン	X	X	\bigcirc	\bigcirc	X	X	X	X		
小麦粉	バターうずまきパン	×	0	0	0	X	×	X	X	>	
製品	生うどん・干うどん・スパ ゲティ・マカロニ・パン粉	×	×	×	0	×	×	×	×	,	
大 豆製 品	とうふ・焼きどうふ・厚あ げ・油あげ・おから・おから パウダー・豆乳・ゆば・納豆・ みそ・いり豆・黒大豆	×	0	×	×	×	×	×	×	2	
乳製品	脱脂粉乳・ヨーグルト・チーズ・バター	×	X	0	X	×	×	X	X	>	
=B n+ 1/1	オイスターソース	×	0	×	0	×	×	X	X	>	
調味料類	しょうゆ	×	0	×	0	×	×	X	X	•	
枳	マヨネーズソース	\bigcirc	$\overline{\bigcirc}$	\times	\bigcirc	×	×	X	X		

- **覧(通年使用分)** *たらこ、ししゃも、わかさぎ、きびなご、 はたはた、にしん、小あじ、しらすぼし、 すぼし(カタクチイワシ)等については、 魚卵が含まれる可能性があります。
 - *魚の切身や加工品(まぐろ油漬やさば水 煮など)については、加工時に洗浄され ていますが、魚卵を含む可能性が全くな くなるわけではありません。
 - *魚介類・海藻類は、いか及びえび・かに その他甲殻類、またはアレルゲンである 甲殻類由来のタンパク質が極めて微量な がら検出される可能性があります。
 - *揚げ物の献立の油については、油(揚げ 用)と表記します。油は、1回で捨てず に何回か使用するため、他の食材の成分 等が油に残っている可能性があります。
 - *生うどんは「そば」「卵」、干うどんは「そば」「やまいも」のコンタミネーションが あります。
 - *ごはん、麦ごはん、玄米ごはん、胚芽米 ごはん、減量ごはんは同過程で製造され ています。
 - * 原材料やコンタミネーションについては 「京都市小学校給食用物資(パン・加工品) 原材料一覧表Iに掲載していますので、 必要な方は学校にお尋ねください。

4月分 アレルギーの 原因物質を含む 食品の表示について

А	.	1, 4 ,	名	食品名	アレルギーの原因物質									
	南	3A 17		及四石	鶏卵	大豆	牛乳	小麦	落花生	えび	かに	くるみ		
4/30	8	高野どうふと野菜	のたき合わせ	高野どうふ(角切)	X	0	X	X	X	X	X	X		
4/17	11)	ひじきの	ソテー	ミックスビーンズ	X	0	X	X	X	X	X	×		

~ごはん~

ごはん……京都府産米

~1年生の保護者の皆様~

楽しい学校給食

ご入学、おめでとうございます。

7

0

0

٨

0

0

0

O

0

0

0

 \bigcirc

お子たちは、新しい出会いに胸をときめかせて、毎日、登校されているこ

お子たちがこれから始まる学校給食を楽しみにしておられるだけでなく、 保護者の皆様も学校給食に関心と期待を寄せていただいている す。また保護者の皆様の中には、「うちの子は苦手な食べ物があるのだけれ ど大丈夫だろうか。」「他の子たちと同じように食べ終われるだろうか。」な ど心配されている方もおられるのではないでしょうか。給食も国語や算数と 同じように、それぞれのペースで少しずついろいろな「食べる力」をつけて いく時間と考えています。

今はいつでもどこでも食べ物が手に入り、豊かな食生活を送ることができ ます。しかし、一方では「食」に関わる様々な問題が起こっています。子ど もの頃から、「食」の役割や食べることの楽しさを知り、望ましい食習慣を 身につけることが大切です。学校給食では、成長期の子どもたちが健康な体 に育っていくために、必要な栄養をバランスよくとれるように考えています。 また、京都の伝統的なおかずや行事にまつわる献立、季節を感じる旬の食材 を使用し、和食献立の充実に努めながら、いろいろな国の料理も味わえるよ うにするなど、多様な献立を提供しています。さらに、学校生活を一緒に過 ごしているクラスの友だちや先生と「楽しく会食する」ことは子どもたちの 心の成長を促します。給食時間は、みんなで同じ時間に同じものを食べ、子 ども同士や子どもたちと教職員との心がふれあう団らんの場となり、子ども たちの食への関心・意欲が高められます。

今年度も子どもたちにとって、よりよい給食となりますように、保護者の 皆様のなお一層のご協力とご理解をお願い申し上げます。