



令和7年5月分 京都市小学校給食献立表



上京・左京・山科支部用

京都市教育委員会

月日(曜)	⑩ 5月7日(水)	⑬ 5月8日(木)	① 5月9日(金)
献立名	(黄)麦ごはん (赤)牛乳 ①さんまのかわり煮 ②里いもとこんにゃくの土佐煮 ③すまし汁	(黄)ごはん (赤)牛乳 ①肉みそいため ②はるさめスープ	(黄)コッペパン(国内産小麦100%) (赤)牛乳 ①キャベツの米粉クリーム煮 ②ひじきのソテー
材	①(赤)さしほ(緑)ご(黄)赤三料一こい(赤)米 (黄)里こ(赤)花三み(黄)こい(赤)うす(赤)け (黄)さしほ(赤)う(赤)干(赤)うす(赤)け (黄)さしほ(赤)う(赤)干(赤)うす(赤)け	①(赤)上料(赤)大(赤)し(赤)に(赤)干(赤)サ(赤)赤(赤)料(赤)テ(赤)こ (赤)豚理(赤)う(赤)れ(赤)よ(赤)ん(赤)に(赤)し(赤)ラ(赤)み(赤)と(赤)理(赤)ン(赤)メ(赤)ン(赤)ジ(赤)ャ(赤)ン(赤)コ (赤)肉酒(赤)ゆ(赤)豆(赤)草(赤)が(赤)く(赤)け(赤)油(赤)そ(赤)う(赤)酒(赤)1.5 (赤)20g(赤)1(赤)0.9(赤)17(赤)25(赤)0.4(赤)0.4(赤)20(赤)0.8(赤)1(赤)2.5(赤)0.8(赤)1.5(赤)2(赤)1.4 (赤)②(赤)た(赤)ま(赤)ね(赤)ぎ(赤)に(赤)ん(赤)じ(赤)ん(赤)も(赤)や(赤)ゲ(赤)ン(赤)チ(赤)う(赤)ず(赤)ら(赤)卵(赤)缶(赤)詰(赤)め(赤)3(赤)15(赤)1(赤)0.4(赤)0.02(赤)3.8 (赤)②(赤)た(赤)ま(赤)ね(赤)ぎ(赤)に(赤)ん(赤)じ(赤)ん(赤)も(赤)や(赤)ゲ(赤)ン(赤)チ(赤)う(赤)ず(赤)ら(赤)卵(赤)缶(赤)詰(赤)め(赤)3(赤)15(赤)1(赤)0.4(赤)0.02(赤)3.8	①(赤)鶏(赤)ベ(赤)ー(赤)コ(赤)肉(赤)ン(赤)20g(赤)8(赤)20(赤)30(赤)10(赤)42(赤)1(赤)1(赤)2.5(赤)3.2(赤)5(赤)5(赤)0.5(赤)0.01 (赤)②(赤)に(赤)ん(赤)じ(赤)ん(赤)10(赤)10(赤)10(赤)3(赤)1(赤)0.4(赤)0.18(赤)0.01(赤)1.8 (赤)②(赤)に(赤)ん(赤)じ(赤)ん(赤)10(赤)10(赤)10(赤)3(赤)1(赤)0.4(赤)0.18(赤)0.01(赤)1.8
料	①(赤)上(赤)サ(赤)料(赤)こ(赤)さ(赤)バ(赤)ー(赤)ベ(赤)キ(赤)ュ(赤)ー(赤)ソ(赤)ー(赤)ス(赤)4.4(赤)1.1(赤)1.7(赤)0.4(赤)30(赤)10(赤)30(赤)10(赤)0.5(赤)0.15(赤)0.01 (赤)②(赤)鶏(赤)ま(赤)ね(赤)卵(赤)ぎ(赤)ト(赤)マ(赤)ス(赤)ー(赤)ブ(赤)10(赤)1(赤)0.8(赤)0.01(赤)1.2(赤)1 (赤)②(赤)鶏(赤)ま(赤)ね(赤)卵(赤)ぎ(赤)ト(赤)マ(赤)ス(赤)ー(赤)ブ(赤)10(赤)1(赤)0.8(赤)0.01(赤)1.2(赤)1	①(赤)鶏(赤)料(赤)理(赤)酒(赤)1(赤)0.2(赤)0.01(赤)0.01 (赤)②(赤)た(赤)ま(赤)ね(赤)ぎ(赤)に(赤)ん(赤)じ(赤)ん(赤)も(赤)や(赤)ゲ(赤)ン(赤)チ(赤)う(赤)ず(赤)ら(赤)卵(赤)缶(赤)詰(赤)め(赤)3(赤)15(赤)1(赤)0.4(赤)0.02(赤)3.8 (赤)②(赤)た(赤)ま(赤)ね(赤)ぎ(赤)に(赤)ん(赤)じ(赤)ん(赤)も(赤)や(赤)ゲ(赤)ン(赤)チ(赤)う(赤)ず(赤)ら(赤)卵(赤)缶(赤)詰(赤)め(赤)3(赤)15(赤)1(赤)0.4(赤)0.02(赤)3.8	①(赤)平(赤)度(赤)豆(赤)こ(赤)ん(赤)に(赤)ゃ(赤)く(赤)20(赤)0.8(赤)0.5(赤)2(赤)2.6 (赤)②(赤)小(赤)松(赤)菜(赤)50(赤)2(赤)0.5(赤)2.5(赤)0.4(赤)0.4(赤)1(赤)2.6 (赤)③(赤)み(赤)か(赤)ん(赤)缶(赤)詰(赤)15(赤)15(赤)0.5(赤)6 (赤)③(赤)み(赤)か(赤)ん(赤)缶(赤)詰(赤)15(赤)15(赤)0.5(赤)6

5月分アレルギーの原因物質を含む食品の表示について									
日	献立名	食品名	アレルギーの原因物質						
			鶏卵	大豆	牛乳	小麦	落花生	えび	かに
5/16	⑨キーマカレー	ミックスビーンズ	×	○	×	×	×	×	×
5/ 8	⑬肉みそいため	テンメンジャン	×	○	×	○	×	×	×
5/15	⑰高野どうふのそぼろ煮	高野どうふ(角切)	×	○	×	×	×	×	×

*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(カタクチイフシ)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等)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、またはアレルギー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」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。

月日(曜)	⑫ 5月12日(月)	③ 5月13日(火)	⑪ 5月14日(水)	⑰ 5月15日(木)	⑨ 5月16日(金)
献立名	(黄)麦ごはん (赤)牛乳 ①豚肉とキャベツのソースいため ②トマトと卵のスープ	(黄)ミルクコッペパン (赤)牛乳 ①チキンのアングレス ②野菜のカレースープ煮(マカロニ入り)	(黄)ごはん (赤)牛乳 ①平天の煮つけ ②小松菜とひじきのいためもの ③フルーツ寒天	(黄)麦ごはん (赤)牛乳 ①高野どうふのそぼろ煮 ②ごま酢煮 ③じゃこ	(黄)ごはん (赤)牛乳 ①キーマカレー ②さっぱりツナポテト
材	①(赤)上(赤)サ(赤)料(赤)こ(赤)さ(赤)バ(赤)ー(赤)ベ(赤)キ(赤)ュ(赤)ー(赤)ソ(赤)ー(赤)ス(赤)4.4(赤)1.1(赤)1.7(赤)0.4(赤)30(赤)10(赤)30(赤)10(赤)0.5(赤)0.15(赤)0.01 (赤)②(赤)鶏(赤)ま(赤)ね(赤)卵(赤)ぎ(赤)ト(赤)マ(赤)ス(赤)ー(赤)ブ(赤)10(赤)1(赤)0.8(赤)0.01(赤)1.2(赤)1 (赤)②(赤)鶏(赤)ま(赤)ね(赤)卵(赤)ぎ(赤)ト(赤)マ(赤)ス(赤)ー(赤)ブ(赤)10(赤)1(赤)0.8(赤)0.01(赤)1.2(赤)1	①(赤)鶏(赤)料(赤)理(赤)酒(赤)1(赤)0.2(赤)0.01(赤)0.01 (赤)②(赤)た(赤)ま(赤)ね(赤)ぎ(赤)に(赤)ん(赤)じ(赤)ん(赤)も(赤)や(赤)ゲ(赤)ン(赤)チ(赤)う(赤)ず(赤)ら(赤)卵(赤)缶(赤)詰(赤)め(赤)3(赤)15(赤)1(赤)0.4(赤)0.02(赤)3.8 (赤)②(赤)た(赤)ま(赤)ね(赤)ぎ(赤)に(赤)ん(赤)じ(赤)ん(赤)も(赤)や(赤)ゲ(赤)ン(赤)チ(赤)う(赤)ず(赤)ら(赤)卵(赤)缶(赤)詰(赤)め(赤)3(赤)15(赤)1(赤)0.4(赤)0.02(赤)3.8	①(赤)平(赤)度(赤)豆(赤)こ(赤)ん(赤)に(赤)ゃ(赤)く(赤)20(赤)0.8(赤)0.5(赤)2(赤)2.6 (赤)②(赤)小(赤)松(赤)菜(赤)50(赤)2(赤)0.5(赤)2.5(赤)0.4(赤)0.4(赤)1(赤)2.6 (赤)③(赤)み(赤)か(赤)ん(赤)缶(赤)詰(赤)15(赤)15(赤)0.5(赤)6 (赤)③(赤)み(赤)か(赤)ん(赤)缶(赤)詰(赤)15(赤)15(赤)0.5(赤)6	①(赤)高(赤)野(赤)ど(赤)う(赤)ふ(赤)の(赤)角(赤)切(赤)15g(赤)2(赤)5.4(赤)25(赤)20(赤)10(赤)0.5(赤)0.8(赤)0.9(赤)1(赤)0.5(赤)1.8(赤)2(赤)2 (赤)②(赤)に(赤)ん(赤)じ(赤)ん(赤)5(赤)42(赤)7(赤)0.5(赤)2.5(赤)0.8(赤)2.8(赤)1.3 (赤)③(赤)じゃ(赤)こ(赤)ミ(赤)ニ(赤)1袋(赤)5g	①(赤)牛(赤)ひ(赤)き(赤)肉(赤)30g(赤)10(赤)20(赤)60(赤)15(赤)0.5(赤)0.5(赤)10(赤)1(赤)2(赤)4(赤)0.7(赤)2(赤)2.5(赤)1.5(赤)0.6(赤)0.02(赤)0.03(赤)0.01 (赤)②(赤)ま(赤)ぐ(赤)ろ(赤)水(赤)煮(赤)8(赤)55(赤)10(赤)1(赤)0.4(赤)0.5(赤)0.02(赤)1 (赤)②(赤)ま(赤)ぐ(赤)ろ(赤)水(赤)煮(赤)8(赤)55(赤)10(赤)1(赤)0.4(赤)0.5(赤)0.02(赤)1
料	①(赤)上(赤)サ(赤)料(赤)こ(赤)さ(赤)バ(赤)ー(赤)ベ(赤)キ(赤)ュ(赤)ー(赤)ソ(赤)ー(赤)ス(赤)4.4(赤)1.1(赤)1.7(赤)0.4(赤)30(赤)10(赤)30(赤)10(赤)0.5(赤)0.15(赤)0.01 (赤)②(赤)鶏(赤)ま(赤)ね(赤)卵(赤)ぎ(赤)ト(赤)マ(赤)ス(赤)ー(赤)ブ(赤)10(赤)1(赤)0.8(赤)0.01(赤)1.2(赤)1 (赤)②(赤)鶏(赤)ま(赤)ね(赤)卵(赤)ぎ(赤)ト(赤)マ(赤)ス(赤)ー(赤)ブ(赤)10(赤)1(赤)0.8(赤)0.01(赤)1.2(赤)1	①(赤)鶏(赤)料(赤)理(赤)酒(赤)1(赤)0.2(赤)0.01(赤)0.01 (赤)②(赤)た(赤)ま(赤)ね(赤)ぎ(赤)に(赤)ん(赤)じ(赤)ん(赤)も(赤)や(赤)ゲ(赤)ン(赤)チ(赤)う(赤)ず(赤)ら(赤)卵(赤)缶(赤)詰(赤)め(赤)3(赤)15(赤)1(赤)0.4(赤)0.02(赤)3.8 (赤)②(赤)た(赤)ま(赤)ね(赤)ぎ(赤)に(赤)ん(赤)じ(赤)ん(赤)も(赤)や(赤)ゲ(赤)ン(赤)チ(赤)う(赤)ず(赤)ら(赤)卵(赤)缶(赤)詰(赤)め(赤)3(赤)15(赤)1(赤)0.4(赤)0.02(赤)3.8	①(赤)平(赤)度(赤)豆(赤)こ(赤)ん(赤)に(赤)ゃ(赤)く(赤)20(赤)0.8(赤)0.5(赤)2(赤)2.6 (赤)②(赤)小(赤)松(赤)菜(赤)50(赤)2(赤)0.5(赤)2.5(赤)0.4(赤)0.4(赤)1(赤)2.6 (赤)③(赤)み(赤)か(赤)ん(赤)缶(赤)詰(赤)15(赤)15(赤)0.5(赤)6 (赤)③(赤)み(赤)か(赤)ん(赤)缶(赤)詰(赤)15(赤)15(赤)0.5(赤)6	①(赤)高(赤)野(赤)ど(赤)う(赤)ふ(赤)の(赤)角(赤)切(赤)15g(赤)2(赤)5.4(赤)25(赤)20(赤)10(赤)0.5(赤)0.8(赤)0.9(赤)1(赤)0.5(赤)1.8(赤)2(赤)2 (赤)②(赤)に(赤)ん(赤)じ(赤)ん(赤)5(赤)42(赤)7(赤)0.5(赤)2.5(赤)0.8(赤)2.8(赤)1.3 (赤)③(赤)じゃ(赤)こ(赤)ミ(赤)ニ(赤)1袋(赤)5g	①(赤)牛(赤)ひ(赤)き(赤)肉(赤)30g(赤)10(赤)20(赤)60(赤)15(赤)0.5(赤)0.5(赤)10(赤)1(赤)2(赤)4(赤)0.7(赤)2(赤)2.5(赤)1.5(赤)0.6(赤)0.02(赤)0.03(赤)0.01 (赤)②(赤)ま(赤)ぐ(赤)ろ(赤)水(赤)煮(赤)8(赤)55(赤)10(赤)1(赤)0.4(赤)0.5(赤)0.02(赤)1 (赤)②(赤)ま(赤)ぐ(赤)ろ(赤)水(赤)煮(赤)8(赤)55(赤)10(赤)1(赤)0.4(赤)0.5(赤)0.02(赤)1

地産地消献立 和(なごみ)献立 スチームコンベクションオーブンを使った献立……⑧鶏肉のてり焼き ⑭さけの塩こうじ焼き

子どもたちの心とからだをはぐくむ学校給食

学校給食は、成長期にある児童生徒の心身の健全な発達のため、安全で栄養のバランスのとれた豊かな食事を提供することにより、健康の増進、体位の向上を図ることはもちろんのこと、食に関する指導を効果的に進めるための重要な教材としての役割を担っています。

学校では次の6つのことを食育の視点とし、食育の推進を図っています。

- 食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。
- 心身の成長や健康の保持増進の上で望ましい栄養や食事のとり方を理解し、自ら管理していく能力を身に付ける。
- 正しい知識・情報に基づいて、食品の品質及び安全性等について自ら判断できる能力を身に付ける。
- 食べ物を大事にし、食料の生産等に関わる人々へ感謝する心をもつ。
- 食事のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を身に付ける。
- 各地域の産物、食文化や食に関わる歴史等を理解し、尊重する心をもつ。

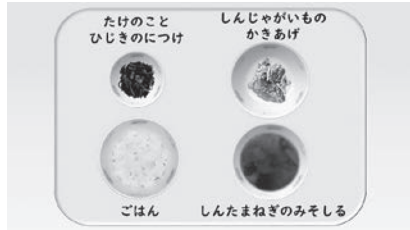
京都市では、米を中心として、だしのうま味を活かした和食献立を基本とし、味覚を育てる手作りの献立、京都府産米や京野菜などを使った地産地消の献立、旬の食材や行事にまつわる献立、さらに多様な食文化にふれられるよう日本の郷土料理や外国の料理を取り入れています。このような特色のある給食を通して、コミュニケーションを深め、ともに働き、共生する心を育てていきます。

保護者の皆様方におかれましては、京都市の学校給食に対し、深くご理解をいただきますよう、よろしくごお願いいたします。

和食について知ろう

和食推進の日「和(なごみ)献立」とは…

平成25年12月に、「和食」がユネスコの世界無形文化遺産に登録されたことを受け、京都市小学校給食では、和食のよさを伝えていく取組を始めました。平成27年6月より和食推進の日として「和(なごみ)献立」を毎月1回実施しています。「和(なごみ)献立」では、だしのうま味や季節感や旬を味わうことのできる献立、伝統行事にちなんだ献立等、和食の特徴やよさをより味わうことができるように工夫しています。



子どもたちは毎月、「和(なごみ)献立」の動画教材で和食について学習した後、給食を食べます。
※京都市教育委員会のホームページで教材(PDF形式)を見ることが出来ます。
【京都市 和食推進の日】で検索してみてください。

〔交通安全標語〕内輪差車によるなご注意を 大原小中学校 6年 森口 陽太

〔環境標語〕ごみ拾い みんなもにっこり ありがとう 八瀬小学校 5年 富岡凛太郎

月日(曜)	⑩ 5月19日 (月)	④ 5月20日 (火)	⑤ 5月21日 (水)	⑭ 5月22日 (木)	⑱ 5月23日 (金)
献立名	(黄) 麦 ご は ん (赤) 牛 乳 ① 豚肉ととうふのくず煮 ② ほうれん草と切干大根のごま煮	(黄) 味つけコッペパン (赤) 牛 乳 ① トマトクリームシチュー ② ツナとキャベツのソテー	(黄) 減 量 ご は ん (赤) 牛 乳 ① カ レ ー う ど ん ② だいこん葉とじゃこのいためもの	(黄) 麦 ご は ん (赤) 牛 乳 ① ⑤さけの塩こうじ焼き ② 小松菜の煮びたし ③ み そ 汁	(黄) ご は ん (赤) 牛 乳 ① 油あげのチャンプル ② ク ー ブ イ リ チ ー
材	① (赤) 上 豚 肉 20g (赤) と う ふ 80 (緑) た ま ね ぎ 30 (緑) し ょ う が 0.9 (緑) 干 し い た け 0.8 (料 理 酒 1 塩 0.2 こいくちしょうゆ 2 うすくちしょうゆ 2.4 (黄) 片 く り 粉 2 け ず り ぶ し 1	① (赤) 鶏 肉(もも) 30g (黄) じ ゃ が い も 40 (緑) た ま ね ぎ 60 (緑) に ん じ ん 10 (緑) ホールトマト缶詰 30 (黄) サラダ油(炒め用) 1 (黄) サラダ油(ルー用) 1 (黄) パ タ ー 2.5 (黄) 小 麦 粉 4 (赤) 脂 粉 5 (赤) 脱 ー ズ(小角) 7 (赤) トマトケチャップ 3 (赤) トマトピューレ 5 塩 0.7 こ し ょ う 0.02 口 ー り エ 0.01	① (黄) 干 う ど ん 30g (赤) 牛 肉 20 (赤) 油 あ げ 20 (緑) た ま ね ぎ 20 (緑) 細 な ね ぎ 2 (黄) さ と う 0.8 み り ん 1.1 カ レ ー 粉 0.6 塩 0.25 こいくちしょうゆ 2.3 うすくちしょうゆ 3.6 (黄) 片 く り 粉 2 け ず り ぶ し 2 だ し 昆 布 1	① (赤) さ け 1 切 (50g) 塩 こ う じ 3.75 ② (赤) 油 あ げ 10 (緑) に ん じ ん 10 (緑) 小 松 菜 45 (黄) さ と う 0.4 み り ん 1 こいくちしょうゆ 2.7 け ず り ぶ し 0.2	① (赤) 油 あ げ 25g (黄) 三 温 糖 1.2 こいくちしょうゆ 1.7 け ず り ぶ し 0.9 (赤) 鶏 卵 50 (緑) た ま ね ぎ 30 (緑) に ん じ ん 10 (緑) も や し 30 (黄) サ ラ ダ 油 0.8 こ し ょ う 0.01 うすくちしょうゆ 4.1
料	② (緑) に ん じ ん 5 (緑) ほ う れ ん 草 50 (緑) 切 干 大 根 4 (黄) す り ご ま 3 (黄) 三 温 糖 1.2 うすくちしょうゆ 4 け ず り ぶ し 2	② (赤) ま ぐ ろ 油 漬 10 (緑) に ん じ ん 10 (緑) キ ャ ベ ツ 42 (黄) サ ラ ダ 油 0.5 (黄) さ と う 0.2 こ し ょ う 0.2 こ し ょ う 0.01 米 酢 1	② (赤) し ら す ぼ し 3 (緑) だ い こ ん 葉 65 (黄) サ ラ ダ 油 0.8 (黄) い り ご ま 2 み り ん 1.1 料 理 酒 0.5 こいくちしょうゆ 1.2	③ (黄) じ ゃ が い も 30 (緑) た ま ね ぎ 20 (赤) 乾 燥 わ か め 0.5 (赤) 赤 み そ 4.5 (赤) 信 州 み そ 3.7 け ず り ぶ し 1.5	② (赤) 上 豚 肉 10 つき こん に や く 10 (緑) 切 干 大 根 4 (赤) 細 切 こ ん ぶ 2 (黄) ご ま 油 0.5 (黄) い り ご ま 1 (黄) さ と う 0.8 み り ん 2.3 料 理 酒 1 うすくちしょうゆ 3.4
月日(曜)	⑥ 5月26日 (月)	② 5月27日 (火)	⑦ 5月28日 (水)	③ 5月29日 (木)	⑮ 5月30日 (金)
献立名	(黄) 麦 ご は ん ① 新じゃがいものかきあげ ② たけのことひじきの煮つけ ③ 新たまねぎのみそ汁	(黄) 黒糖コッペパン (赤) 牛 乳 ① 大豆と鶏肉のトマト煮 ② ほうれん草のソテー	(黄) ご は ん (赤) 牛 乳 ① さばのしょうが煮 ② 鶏肉と野菜の煮つけ	(黄) 麦 ご は ん (赤) 牛 乳 ① ⑤鶏肉のてり焼き ② 切干大根の煮つけ ③ 赤 だ し	(黄) ご は ん (赤) 牛 乳 ① 肉だんごの豆乳みそ煮 ② ほうれん草のごま煮
材	① (赤) ち く わ 20g (黄) じ ゃ が い も 15 (緑) に ん じ ん 10 (緑) 三 温 豆 10 (黄) 小 麦 粉(打ち粉用) 6 (黄) 小 麦 粉(衣用) 6 (黄) 片 く り 粉 2 塩 0.2 (黄) 油 (揚げ用) 12	① (赤) 鶏 肉 25g (赤) 大 豆 28 (緑) た ま ね ぎ 50 (緑) に ん じ ん 10 (緑) ホールトマト缶詰 27 (黄) サ ラ ダ 油 1 トマトケチャップ 3.5 ウスターソース 2.2 塩 0.6 こ し ょ う 0.02 口 ー り エ 0.01	① (赤) さ ば 1 切 (54g) (緑) し ょ う が 2 (黄) 三 温 糖 1.7 料 理 酒 3.5 こいくちしょうゆ 2.4	① (赤) 鶏 肉 60g (緑) た ま ね ぎ 20 (黄) さ と う 0.5 み り ん 1 料 理 酒 1 こいくちしょうゆ 1 うすくちしょうゆ 1 (黄) 片 く り 粉 1.2	① (赤) 豚 ひ き 肉 35g (緑) た ま ね ぎ 5.3 (緑) し ょ う が 0.8 (黄) 片 く り 粉 4 料 理 酒 1.8 塩 0.1 こ し ょ う 0.01 (赤) 豆 乳 15 (赤) 油 あ げ 8 (緑) に ん じ ん 10 (緑) キ ャ ベ ツ 35 (赤) 信 州 み そ 5 うすくちしょうゆ 2 だ し 昆 布 1
料	② (赤) 油 あ げ 8 (緑) に ん じ ん 5 (緑) た け の こ 缶 詰 15 (赤) ひ じ き 4 (黄) サ ラ ダ 油 0.5 (黄) 三 温 糖 0.8 み り ん 2 こいくちしょうゆ 3.6 け ず り ぶ し 1	② (緑) ほ う れ ん 草 60 (緑) コ ー ン 10 (黄) サ ラ ダ 油 0.7 塩 0.2 こ し ょ う 0.01 うすくちしょうゆ 0.7	② (赤) 鶏 肉 30 (黄) じ ゃ が い も 65 (緑) た ま ね ぎ 45 (緑) に ん じ ん 15 (黄) サ ラ ダ 油 1 (黄) 三 温 糖 0.8 み り ん 2.3 こいくちしょうゆ 2.3 うすくちしょうゆ 4	② (赤) 油 あ げ 10 (緑) だ い こ ん 葉 10 (緑) 切 干 大 根 5 (黄) 三 温 糖 0.8 うすくちしょうゆ 2.8 け ず り ぶ し 2	② (赤) と う ふ 40 (赤) 乾 燥 わ か め 0.5 (赤) 信 州 み そ 3.5 (赤) 八 丁 み そ 4.5 け ず り ぶ し 2

台風献立について

台風の接近に伴い暴風警報が発令された場合、休校や給食時間を早めたり、やむを得ず給食を中止して児童を下校させたりするなどの緊急な対応が必要になります。通常の献立を用意して休校となった場合、大量の食材を廃棄することとなり、教育上の観点からもSDGsの観点からも好ましくありません。そこで、朝、休校になった場合に備え、事前に台風献立に変更し、長期間保管できるアルファ化米や乾物、缶詰等、あらかじめ学校に備えている物資を使用した給食を実施することとしています。

台風献立A・Bのうち、どちらの献立を実施するかについては献立変更が決まり次第、文書にてお知らせいたします。なお、献立内容は一部変更になる場合がありますので、ご了承ください。

台 風 献 立 A	台 風 献 立 B
① 炊きこみ五目ごはん (赤) 牛 乳 ② み そ 汁	① カ レ ー ピ ラ フ (赤) 牛 乳 ② ト マ ト ス ー プ
① (黄) アルファ化米 70g (赤) ま ぐ ろ 油 漬 24 (緑) た け の こ 缶 詰 15 (緑) 乾 燥 に ん じ ん 2 (緑) 干 し い た け 0.8 (料 理 酒 1 み り ん 1 こいくちしょうゆ 2.3 うすくちしょうゆ 3 け ず り ぶ し 0.8 だ し 昆 布 1	① (黄) アルファ化米 70g (赤) ま ぐ ろ 油 漬 32 (緑) 乾 燥 た ま ね ぎ 3 (緑) 乾 燥 に ん じ ん 3 (黄) サ ラ ダ 油 1 カ レ ー 粉 0.5 トマトピューレ 2 ウスターソース 2 塩 0.5 こ し ょ う 0.02 ガーリックパウダー 0.08 こいくちしょうゆ 2
② (緑) 乾 燥 キ ャ ベ ツ 2 (緑) 乾 燥 ご ぼ う 2 (黄) 切 り ぶ (小) 3 (赤) 赤 み そ 4.7 (赤) 信 州 み そ 5 け ず り ぶ し 1.7	② (赤) チキンささみ(水煮) 15 (緑) ホールトマト缶詰 30 (緑) 乾 燥 た ま ね ぎ 2 (黄) マカロニ(ツイスト) 4 (黄) サ ラ ダ 油 0.5 チキンスープ缶詰 1.5 (黄) さ と う 0.5 トマトケチャップ 3 塩 0.5 こ し ょ う 0.02 こいくちしょうゆ 0.5 うすくちしょうゆ 0.5 口 ー り エ 0.01

台風献立アレルギーの原因物質を含む食品の表示について

献 立 名	食 品 名	アレルギーの原因物質							
		鶏卵	大豆	牛乳	小麦	落花生	えび	かに	くるみ
台 風 献 立 A	切 り ぶ (小)	×	×	×	○	×	×	×	×
台 風 献 立 A	み そ	×	○	×	×	×	×	×	×
台 風 献 立 B	マカロニ(ツイスト)	×	×	×	○	×	×	×	×
台 風 献 立 A・ 台 風 献 立 B	し ょ う ゆ	×	○	×	○	×	×	×	×

* 魚の加工品 (まぐろ油漬など) 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、またはアレルギー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。

* 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」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。

郷土料理について知ろう

郷土料理は、各地域の産物を上手く活用して、風土にあった食べ物として作られ、食べられてきました。そして、歴史や文化、あるいは食生活とともに受け継がれています。

今日は、5月15日の沖縄県本土復帰記念日に合わせて、沖縄県の郷土料理「油あげのチャンプル」「クーブイリチー」が登場します。チャンプルは、「混ぜたもの」という意味で、野菜やとうふ等を炒めて混ぜ合わせた料理です。クーブイリチーのクーブは「昆布」、イリチーは「炒め煮」という意味です。昆布は「よるこぶ」から縁起物として、お祝いの席でよく食べられます。

これから京都の食文化はもちろん、色々な地域の郷土料理を給食で取り入れ、昔から受け継がれてきた知恵や工夫、そして味を子どもたちに知らせていきます。



今月の給食指導の目標

当番や係ははやく上手にしよう



5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	701	377	3.2
中学年	613	350	2.7
低学年	535	325	2.3



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) を見ることがができます。

京都市 和食推進の日 検索

