



Table with columns for date (5月7日, 5月8日),献立名 (Menu Name), and 材料 (Ingredients) for days 14 and 4.

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 (Allergen information for May). Includes a table of allergen presence for specific menu items and explanatory text.

Main menu table for days 12, 3, 9, 7, and 17, listing献立名 (Menu Name) and 材料 (Ingredients) for each day.

地産地消献立 (Local production and consumption menu) and 和(なごみ)献立 (Japanese/Waste menu) information.

子どもたちの心とからだをはぐくむ学校給食 (School lunch that nurtures children's hearts and bodies)

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。

学校では次の六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、食物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、食物の生産等にかか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、食文化や食にかか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外国の料理を取り入れています。

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、よろしくお願いいたします。

沖縄県の郷土料理 (Okinawa's Local Cuisine)

郷土料理は、各地域の産物を上手く活用して作られ、風土にあった料理として、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。

今回は、5月15日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」と「にんじんシリシリ」が登場します。「にんじんシリシリ」は今年の新献立です。「シリシリ」とは、沖縄の方言です。にんじんをシリシリ器ですりおろしたり、せん切りにしたりして炒めて作る家庭で親しまれている料理です。

これからも、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 (This month's school lunch guidance goal)

当番や係ははやく上手にしよう (Let's be quick and good at our duties)

5月分 平均摂取量 (Average intake for May)

Table showing average intake of energy, calcium, and iron for elementary school students in May.



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



交通安全標語 暗い中 つけるとあんしん はんしゃがい 栄桜小中学校 4年 宮坂 俊玲

環境標語 分別を みんなでしよう リサイクル 醍醐西小学校 4年 金子 紗良

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、ごはんのにせたり、まぜたりして食べます。

⑤ スチームコンベクションオープンを使った献立……⑤鶏肉のてり焼き ⑦さばのつけ焼き

月日(曜)	5月18日(月)	5月19日(火)	5月20日(水)	5月21日(木)	5月22日(金)
献立名	(黄)麦ごはん ① 鶏肉のてり焼き ② 切干大根の煮つけ ③ 春のすまし汁	(黄)ミルクコッペパン (赤)牛乳 ① キャベツの米粉クリーム煮 ② ひじきのソテー	(黄)ごはん (赤)牛乳 ① 豚肉と野菜の煮つけに煮 ② ごま酢煮 ③ みかんゼリー	(黄)麦ごはん (赤)牛乳 ① ガパオ風ライス(具) ② はるさめスープ	(黄)ごはん (赤)牛乳 ① さんまのかわり煮 ② ほうれん草のごま煮 ③ すまし汁
材	① (赤)鶏肉 60g (緑)たまねぎ 20g (黄)さとう 0.5g みりん 1g 料理酒 1g こいくちしょうゆ 1g うすくちしょうゆ 1g (黄)片くり粉 1.2g	① (赤)鶏肉 20g (黄)ベーコン 8g (黄)じゃがいも 20g (緑)たまねぎ 30g (緑)にんじん 10g (緑)キャベツ 42g (黄)サラダ油(炒め用) 1g (黄)サラダ油(ルー用) 1g (黄)バター 2.5g (黄)米粉 3.2g (赤)脱脂粉乳 5g (赤)チーズ(小角) 0.5g 塩 0.01g	① (赤)厚揚げ 30g (黄)三温糖 1.3g こいくちしょうゆ 2.1g けずりぶし 0.8g (赤)上豚肉 25g (黄)じゃがいも 40g (緑)にんじん 10g (黄)干しいたけ 0.8g (黄)三温糖 0.5g こいくちしょうゆ 1.8g うすくちしょうゆ 1.5g	① (赤)豚ひき肉 40g (緑)たまねぎ 30g (緑)にんじん 10g (緑)ピーマン 10g (緑)しょうが 1g (緑)にんにく 0.5g (黄)サラダ油 0.5g (黄)さとう 1g ウスターソース 1g こいくちしょうゆ 2.2g カレー粉 0.3g 塩 0.3g パスタ 0.06g	① (赤)さんま1切(40g) (緑)しょうが 1.6g (黄)ごま油 0.3g (赤)赤みそ 1.5g (黄)三温糖 2.5g 料理酒 3g 一味唐辛子 0.01g こいくちしょうゆ 1g 米酢 1.5g
料	② (赤)油あげ 10g (緑)だいこん葉 30g (緑)切干大根 5g (黄)三温糖 1g うすくちしょうゆ 3.2g けずりぶし 2g	② (赤)ミックスビーンズ 15g (緑)にんじん 10g (赤)ひじき 3g (黄)サラダ油 1g (黄)さとう 0.4g 塩 0.09g こしょう 0.01g うすくちしょうゆ 1.9g	② (赤)しらすぼし 2g (緑)にんじん 5g (緑)キャベツ 42g (赤)細切こんぶ 0.5g (黄)すりごま 3g (黄)さとう 0.7g うすくちしょうゆ 2.7g 米酢 1.3g	② (緑)たまねぎ 15g (緑)にんじん 5g (緑)もやし 15g (緑)チンゲン菜 10g (赤)うずら卵缶詰 25g (黄)はるさめ 3g チキンスープ 15g 料理酒 1g 塩 0.4g こしょう 0.02g うすくちしょうゆ 3.8g	③ (赤)とうふ 30g (緑)にんじん 5g (赤)たけのこ缶詰 8g (赤)乾燥わかめ 0.5g 塩 0.4g うすくちしょうゆ 2.3g けずりぶし 0.9g だし昆布 0.8g
月日(曜)	5月25日(月)	5月26日(火)	5月27日(水)	5月28日(木)	5月29日(金)
献立名	(黄)麦ごはん (赤)牛乳 ① きつね丼(具) ② トマトだご汁	(黄)コッペパン(国内産小麦100%) (赤)牛乳 ① チリコンカーン ② 小松菜のソテー	(黄)ごはん (赤)牛乳 ① 油あげのチャンプル ② にんじんシリシリー	(黄)麦ごはん (赤)牛乳 ① 鶏肉ととうふのくず煮 ② もやしのごまいため ③ じゃこ	(黄)ごはん (赤)牛乳 ① きびなごのはくあげ ② キャベツの煮つけ ③ みそ汁
材	① (赤)油あげ 30g (緑)たまねぎ 35g (黄)さとう 1.5g みりん 0.5g うすくちしょうゆ 5.3g けずりぶし 0.9g	① (赤)牛ひき肉 28g (赤)大豆 28g (緑)たまねぎ 55g (緑)にんじん 10g (黄)サラダ油 0.8g (黄)三温糖 0.4g 料理酒 1g カレー粉 0.7g トマトケチャップ 8g 塩 0.2g こしょう 0.02g ガーリックパウダー 0.2g オールスパイス 0.02g こいくちしょうゆ 1.7g ローリエ 0.01g	① (赤)油あげ 25g (黄)三温糖 1.2g こいくちしょうゆ 1.7g けずりぶし 0.9g (赤)鶏卵 50g (緑)たまねぎ 30g (黄)もやし 30g (黄)サラダ油 0.8g こしょう 0.01g うすくちしょうゆ 4.1g	① (赤)鶏肉 20g (赤)とうふ 80g (緑)たまねぎ 30g (緑)にんじん 10g (緑)しょうが 0.9g (緑)干しいたけ 0.8g 料理酒 1g 塩 0.2g こいくちしょうゆ 2g うすくちしょうゆ 2.4g (黄)片くり粉 2g けずりぶし 1g	① (赤)きびなご 35g (緑)しょうが 1.6g 料理酒 1g こいくちしょうゆ 0.65g (黄)米粉 8g (黄)片くり粉 3g (黄)油(揚げ用) 2g
料	② (赤)鶏肉 20g (緑)たまねぎ 20g (緑)トマト 15g (緑)細ねぎ 2g (緑)ホールトマト缶詰 5g (黄)小麦粉 12g (黄)片くり粉 4g 料理酒 0.1g みりん 0.5g 塩 0.3g うすくちしょうゆ 4.6g けずりぶし 1g	② (緑)にんじん 10g (緑)小松菜 65g (黄)サラダ油 0.5g 塩 0.2g こしょう 0.01g うすくちしょうゆ 0.6g	② (赤)まぐろ油漬 10g (緑)にんじん 35g (緑)キャベツ 20g (黄)サラダ油 0.5g (赤)けずり粉(かつお) 0.2g 塩 0.15g こしょう 0.01g うすくちしょうゆ 1.2g	② (緑)にんじん 5g (緑)もやし 60g (黄)サラダ油 0.7g (黄)すりごま 2.5g (赤)花かつお 1g みりん 0.7g うすくちしょうゆ 2g	③ (赤)とうふ 40g (緑)たまねぎ 20g (赤)乾燥わかめ 0.5g (赤)赤みそ 3.7g (赤)信州みそ 4.5g けずりぶし 1.5g

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、休校となった場合、大量の食材をゴミとして廃棄することとなり、教育上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α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、献立内容が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
(赤)牛乳 ① 炊きこみ五目ごはん ② みそ汁	(赤)牛乳 ① カレーピラフ ② トマトスープ
① (黄)アルファ化米 70g (赤)まぐろ油漬 24g (緑)乾燥たまねぎ 3g (緑)乾燥にんじん 1g (黄)マカロニ(ツイスト) 3g (黄)サラダ油 0.5g カレー粉 0.5g トマトピューレ 2g ウスターソース 2g 塩 0.5g こしょう 0.02g ガーリックパウダー 0.08g こいくちしょうゆ 2g うすくちしょうゆ 3g けずりぶし 0.8g だし昆布 1g	① (黄)アルファ化米 70g (赤)まぐろ油漬 32g (緑)乾燥たまねぎ 3g (緑)乾燥にんじん 1g (黄)マカロニ(ツイスト) 3g (黄)サラダ油 0.5g カレー粉 0.5g トマトピューレ 2g ウスターソース 2g 塩 0.5g こしょう 0.02g ガーリックパウダー 0.08g こいくちしょうゆ 2g ② (赤)チキンささみ(水煮) 15g (緑)ホールトマト缶詰 30g (緑)乾燥たまねぎ 2g (黄)マカロニ(ツイスト) 4g (黄)サラダ油 0.5g チキンスープ缶詰 15g (黄)さとう 0.3g トマトケチャップ 3g 塩 0.5g こしょう 0.02g こいくちしょうゆ 0.5g うすくちしょうゆ 0.5g ローリエ 0.01g
② (緑)乾燥キャベツ 2g (緑)乾燥ごぼう 2g (黄)切りふ(小) 3g (赤)赤みそ 4.7g (赤)信州みそ 5g けずりぶし 1.7g	

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
台風献立A	切りふ(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・ごはん・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。

京都市内は自社配達で
送料がお得!

100年先らつづく、農業を。
坂ノ途中 広告

旬のお野菜セット 定期宅配

農業や化学肥料に頼らず育てられた
季節を感じられる今おすすめのお野菜を、
バランスよく詰め合わせてお届けします。

定期初回1,280円から

毎週/隔週/4週ごとで選べる

選べる3つのサイズ

詳しくはこちら▼
はじめての方は
3回送料無料!

遊んで学べる
アクティビティが
いっぱい!

ジュノパーク
by SEKISUI HOUSE

体験型施設

ジュノパーク

本市の財源確保のための広告を掲載しています。
広告内容に関する質問等につきましては、直接、広告スポンサーにお問い合わせください。

