



令和2年5月分 京都市小学校給食献立表



スチコン

上京・左京・山科支部用

京都市教育委員会

月日(曜)	⑥ 5月7日(木)	⑦ 5月8日(金)
献立名	(黄) 麦ごはん (赤) 牛乳 ① 牛丼(具) ② だいこん葉のいためもの ③ いものこ汁	(黄) ごはん (赤) 牛乳 ① さけの塩こうじ焼き ② 小松菜と切干大根の煮びたし ③ みそ汁
材	① (赤) 牛肉 45g (緑) たまねぎ 35g (黄) 糸こんにゃく 30g (黄) サラダ油 1g (黄) 三温糖 2.3g 料理酒 2g こいくちしょうゆ 3.3g うすくちしょうゆ 2.4g	① (赤) さけ 1切 (50g) 塩こうじ 7.5g ② (緑) 乾燥切干大根 4g (黄) 三温糖 1g みりん 1g うすくちしょうゆ 2g けすりぶし 1g (緑) にんじん 5g (緑) 小松菜 30g うすくちしょうゆ 1g
料	② (緑) だいこん葉 65g (黄) サラダ油 0.7g (赤) 花かつお 0.6g みりん 0.7g うすくちしょうゆ 2g ③ (赤) 油あげ 10g (黄) 里も(小) 30g (緑) たまねぎ 20g (赤) 赤みそ 5g (赤) 信州みそ 4g けすりぶし 1.7g	③ (赤) とろろ 40g (緑) たまねぎ 20g (赤) 乾燥わかめ 0.5g (赤) 赤みそ 4g (赤) 信州みそ 5g けすりぶし 1.5g

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	かに
5/12	① ひじきのソテー	ミックスビーンズ	×	○	×	×	×	×
5/13	⑧ ビビンバ(具)ナムル	コチジャン	×	○	×	×	×	×
5/11	⑨ 高野豆腐と野菜のたき合わせ	高野豆腐(角切)	×	○	×	×	×	×

* たらこ、ししゃも、わかざき、きびなご、はたはた、にしん、しろすほし、すほし等については、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あります。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、他の食材の成分等に油に残っている可能性があります。
* 生うどんは「そば」「卵」「大豆」、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。
* 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。

今月の給食指導の目標

みんなで仲よく楽しく食べよう

5月分 平均栄養量

区分	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
高学年	726	29.5
中学年	640	26.1
低学年	563	23.0

月日(曜)	⑨ 5月11日(月)	⑩ 5月12日(火)	⑪ 5月13日(水)	⑫ 5月14日(木)	⑬ 5月15日(金)
献立名	(黄) 麦ごはん (赤) 牛乳 ① 高野豆腐と野菜のたき合わせ ② ごま酢煮 ③ じゃこ	(黄) コッパン(国内産小麦100%) (赤) 牛乳 ① じゃがいものクリームシチュー ② ひじきのソテー	(黄) ごはん (赤) 牛乳 ① ビビンバ(具)肉と卵 ② ビビンバ(具)ナムル ③ わかめスープ ④ 手巻のり	(黄) 麦ごはん (赤) 牛乳 ① さばのしょうが煮 ② 野菜のきんぴら ③ 豆乳のみそ汁	(黄) ごはん (赤) 牛乳 ① 豚肉とキャベツのみそいため ② 五目煮豆
材	① (赤) 高野豆腐(角切) 15g (黄) さとう 2.4g うすくちしょうゆ 6g けすりぶし 1g (赤) 鶏肉 25g (緑) にんじん 15g (緑) 干しいたけ 0.8g (黄) さとう 1g うすくちしょうゆ 2.6g	① (赤) 鶏肉(もも) 30g (黄) じゃがいも 60g (緑) たまねぎ 40g (緑) にんじん 15g (黄) サラダ油(炒め用) 1g (黄) サラダ油(ルーフ) 1g (黄) パタタ 2.5g (黄) 小麦粉 4g (赤) 脱脂粉乳 5g (赤) チーズ(小角) 5g 塩 0.9g こしょう 0.02g	① (赤) 牛ひき肉 40g (赤) ひき肉 0.2g (黄) ひき肉 0.5g (赤) ガーリックパウダー 0.2g (赤) 赤みりんとろ 2.5g (黄) しょうゆ 1.1g (赤) しょうゆ 1.1g (赤) しょうゆ 1.1g (赤) しょうゆ 1.1g (赤) しょうゆ 1.1g (赤) しょうゆ 1.1g (赤) しょうゆ 1.1g ② (緑) にんじん 5g (赤) しょうゆ 30g (赤) しょうゆ 20g (赤) しょうゆ 2g (赤) しょうゆ 0.4g (赤) しょうゆ 0.4g (赤) しょうゆ 1g (赤) しょうゆ 1g (赤) しょうゆ 1g (赤) しょうゆ 1g (赤) しょうゆ 1g ③ (赤) たまねぎ 25g (赤) 乾燥わかめ 0.5g (赤) キンスルー 10g (赤) しょうゆ 1g (赤) しょうゆ 0.6g こしょう 0.01g うすくちしょうゆ 2.3g ④ (赤) 手巻のり 1袋 (3g)	① (赤) さば 1切 (54g) (緑) しょうが 2g (黄) 三温糖 1.8g 料理酒 3g こいくちしょうゆ 2.6g ② (緑) にんじん 15g (緑) 三度豆 10g つきこんにゃく 35g (黄) サラダ油 0.5g (黄) いりごま 2g (黄) さとう 0.7g (黄) さみりん 1.7g こいくちしょうゆ 3.4g ③ (赤) 豆乳 15g (赤) 油あげ 10g (緑) にんじん 10g (赤) ほうれん草 10g (赤) 白みそ 3g (赤) 信州みそ 8g けすりぶし 1.5g	① (赤) 上豚肉 40g 料理酒 1g うすくちしょうゆ 1.4g (赤) しょうが 0.4g (黄) しょうが油 0.8g (赤) にんじん 15g (赤) キャベツ 42g (赤) たけのこ缶詰 10g (赤) 干しいたけ 0.8g (赤) サラダ油 0.5g (赤) 赤みそ 4g (赤) さとう 1g 料理酒 1.5g うすくちしょうゆ 1.8g ② (赤) ちくわ 8g (赤) 大豆 8g (赤) にんじん 5g (赤) こんにゃく 8g (赤) 切こんぶ 1g (赤) 三温糖 0.9g こいくちしょうゆ 2g
料	② (赤) かまぼこ 5g (赤) にんじん 5g (赤) キャベツ 42g (赤) きゅうり 10g (黄) すりごま 2g (黄) さとう 0.6g うすくちしょうゆ 3g 米 1.3g ③ (赤) じゃこ(三二) 1袋 (5g)	② (赤) ミックスビーンズ 15g (赤) にんじん 10g (赤) ひじき 3g (黄) サラダ油 1g (黄) さとう 0.4g 塩 0.1g こしょう 0.01g うすくちしょうゆ 2g		③ (赤) 豆乳 15g (赤) 油あげ 10g (赤) にんじん 10g (赤) ほうれん草 10g (赤) 白みそ 3g (赤) 信州みそ 8g けすりぶし 1.5g	

⑥ 地産地消献立 ⑦ 和(なごみ)献立 ⑧ 今月のアレルギー表示 ⑨ たけのこごはん(具)……注あげ・たけのこ・干しいたけの具を各自がごはんに入れて食べます。 ⑩ ビビンバ(具)肉と卵・ナムル……皿に盛りつけた「肉と卵」と「ナムル」の2種類の具を各自がごはんの上のせて、混ぜて食べます。
⑪ スチームコンベクションオープンを使った献立…⑫ さけの塩こうじ焼き ⑬ 五目煮豆 ⑭ うりろう(黒ざとう)

「大切にしたい給食の時間」

梅小路小学校 教諭 大床 祥恵

「じゃあ、給食の用意しようか。」という給食のはじまりをつける一言で、「やったあ。」「早く、今日の給食カレンダー見せて。」と教室が一気に盛り上がり、子どもたちは給食の時間をとても楽しみにしています。当番の仕事も「自分たちでできるよ。」と1年生の子どもたちも誇らしげです。「いただきます」を言って、子どもたちが友だちと一緒に笑顔で給食を食べている時間は、担任にとっても気持ちがいい時間です。

給食主任として学校全体の給食運営にかかわるようになって、たくさんの方の手で安心安全でおいしい給食が毎日子どもたちのところに届いていることを実感しています。国産小麦を使ったパンの回数が増えていることや京北米が給食に登場したことなどからもわかるように、食材は安全を考慮して提供されており、地産地消の推進もなされています。校内では、給食調理員さんが子どもたちがおいしく食べられるようにと、ひと手間ふた手間を惜しまず毎日心をこめて作っていただいています。また、栄養の先生には食の指導をしていただいたり、食を通して子どもたちの成長を見守っていただいたりしています。さらにアレルギー対応については、管理職や養護教諭、担任など何人もの目でチェックし、間違いがないように細心の注意を払って進めています。

3月に新型コロナウイルスの感染拡大を防ぐために、学校が臨時休校となりました。楽しみにしていた献立が食べられなくて残念がる子どもの声や、「普段なら、給食があって本当ありがたいのに。」という保護者の声も聞かれ、あらためて安全で栄養バランスのとれた給食の果たしている役割の大きさを感しました。

食べることは、生きることの活力のもとであり、食を見つめることが社会について考えるきっかけにもなるのではないかと考えています。毎日の給食の時間をこれからも大切にしたいです。

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回実施している。「和(なごみ)献立」では、だしのうまみ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のできるように工夫している。

5月の和(なごみ)こんだて

和(なごみ)こんだてで大切にしている3つのこと

「和(なごみ)献立」の動画教材のキャラクターです。どうぞよろしくお願ひします。

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(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。

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] 「まあいいか」 その思いから 事故起こす 仁和小学校 6年 荒田 光昭
[環境標語] エコライフ 未来の地球 守ること 正親小学校 6年 熊谷仁之介

月日(曜)	7 5月18日(月)	8 5月19日(火)	9 5月20日(水)	10 5月21日(木)	11 5月22日(金)
献立名	(黄) 麦ごはん (赤) 牛乳 ① 油あげのチャンプル ② クービーリチー ③ パインゼリー	(黄) 黒糖コッペパン (赤) 牛乳 ① ミートボールとキャベツのトマト煮 ② ジャがいものソテー	(黄) ごはん (赤) 牛乳 ① たけのこごはん(真) ② きびなごのこはくあげ ③ 春野菜のみそ汁	(黄) 麦ごはん (赤) 牛乳 ① 鶏肉ととうふのくず煮 ② ほうれん草のごま煮 ③ 黒大豆	(黄) 減量ごはん (赤) 牛乳 ① カレーうどん ② 小松菜とひじきのいためもの
材	① (赤) 油あげ 35g (黄) 小麦粉 1.7 (赤) 鶏肉 2.5 (赤) 鶏卵 0.8 (赤) たまご 50 (赤) ねぎ 30 (赤) しょうゆ 10 (赤) しょうゆ 30 (赤) しょうゆ 0.8 (赤) しょうゆ 0.01 (赤) しょうゆ 4.8 ② (赤) 上肉 10 (赤) 乾燥切干大根 4 (赤) 乾燥切干大根 10 (赤) 乾燥切干大根 2 (赤) 乾燥切干大根 0.5 (赤) 乾燥切干大根 0.7 (赤) 乾燥切干大根 0.8 (赤) 乾燥切干大根 2.3 (赤) 乾燥切干大根 1 (赤) 乾燥切干大根 3.4 ③ (黄) パインゼリー 1個(30g)	① (赤) 豚肉 20g (赤) ひき肉 15 (赤) 玉ねぎ 5 (赤) しょうゆ 2 (赤) しょうゆ 0.1 (赤) しょうゆ 0.02 (赤) しょうゆ 25 (赤) しょうゆ 5 (赤) しょうゆ 42 (赤) しょうゆ 20 (赤) しょうゆ 0.5 (赤) しょうゆ 10 (赤) しょうゆ 0.4 (赤) しょうゆ 6 (赤) しょうゆ 0.4 (赤) しょうゆ 0.01 (赤) しょうゆ 3.5 (赤) しょうゆ 0.01 ② (黄) ジャがいも 50 (赤) しょうゆ 5 (赤) しょうゆ 10 (赤) しょうゆ 0.5 (赤) しょうゆ 0.3 (赤) しょうゆ 0.01 (赤) しょうゆ 1	① (赤) 油あげ 10g (赤) たけのこ 35 (赤) 干しいたけ 0.5 (赤) 干しいたけ 0.5 (赤) 干しいたけ 1.1 (赤) 干しいたけ 0.5 (赤) 干しいたけ 4 (赤) 干しいたけ 0.6 ② (赤) きびなご 35 (赤) しょうゆ 1.6 (赤) しょうゆ 2 (赤) しょうゆ 1.3 (赤) しょうゆ 8 (赤) しょうゆ 3 (赤) しょうゆ 2 (赤) しょうゆ 1 ③ (黄) ジャがいも 20 (赤) たまねぎ 15 (赤) しょうゆ 10 (赤) しょうゆ 20 (赤) しょうゆ 13 (赤) しょうゆ 1.7	① (赤) 鶏肉 20g (赤) とろろ 80 (赤) たまご 30 (赤) しょうゆ 10 (赤) しょうゆ 0.9 (赤) しょうゆ 0.8 (赤) しょうゆ 1 (赤) しょうゆ 0.2 (赤) しょうゆ 2.5 (赤) しょうゆ 3 (赤) しょうゆ 2 (赤) しょうゆ 1 ② (赤) ほうれん草 5 (赤) ほうれん草 70 (赤) しょうゆ 3 (赤) しょうゆ 2.3 (赤) しょうゆ 0.2 ③ (赤) 黒大豆(カリカリ) 1袋(5g)	① (黄) 干うどん 30g (赤) 鶏肉 20 (赤) ねぎ 15 (赤) たまご 25 (赤) しょうゆ 2 (赤) しょうゆ 0.8 (赤) しょうゆ 1.1 (赤) しょうゆ 0.6 (赤) しょうゆ 0.3 (赤) しょうゆ 2.5 (赤) しょうゆ 4 (赤) しょうゆ 2 (赤) しょうゆ 2 (赤) しょうゆ 1 ② (赤) 小松菜 50 (赤) ひじき 2 (赤) しょうゆ 0.5 (赤) しょうゆ 2 (赤) しょうゆ 0.4 (赤) しょうゆ 0.4 (赤) しょうゆ 1 (赤) しょうゆ 3
料	① (赤) 油あげ 35g (黄) 小麦粉 1.7 (赤) 鶏肉 2.5 (赤) 鶏卵 0.8 (赤) たまご 50 (赤) ねぎ 30 (赤) しょうゆ 10 (赤) しょうゆ 30 (赤) しょうゆ 0.8 (赤) しょうゆ 0.01 (赤) しょうゆ 4.8 ② (赤) 上肉 10 (赤) 乾燥切干大根 4 (赤) 乾燥切干大根 10 (赤) 乾燥切干大根 2 (赤) 乾燥切干大根 0.5 (赤) 乾燥切干大根 0.7 (赤) 乾燥切干大根 0.8 (赤) 乾燥切干大根 2.3 (赤) 乾燥切干大根 1 (赤) 乾燥切干大根 3.4 ③ (黄) パインゼリー 1個(30g)	① (赤) 豚肉 20g (赤) ひき肉 15 (赤) 玉ねぎ 5 (赤) しょうゆ 2 (赤) しょうゆ 0.1 (赤) しょうゆ 0.02 (赤) しょうゆ 25 (赤) しょうゆ 5 (赤) しょうゆ 42 (赤) しょうゆ 20 (赤) しょうゆ 0.5 (赤) しょうゆ 10 (赤) しょうゆ 0.4 (赤) しょうゆ 6 (赤) しょうゆ 0.4 (赤) しょうゆ 0.01 (赤) しょうゆ 3.5 (赤) しょうゆ 0.01 ② (黄) ジャがいも 50 (赤) しょうゆ 5 (赤) しょうゆ 10 (赤) しょうゆ 0.5 (赤) しょうゆ 0.3 (赤) しょうゆ 0.01 (赤) しょうゆ 1	① (赤) 油あげ 10g (赤) たけのこ 35 (赤) 干しいたけ 0.5 (赤) 干しいたけ 0.5 (赤) 干しいたけ 1.1 (赤) 干しいたけ 0.5 (赤) 干しいたけ 4 (赤) 干しいたけ 0.6 ② (赤) きびなご 35 (赤) しょうゆ 1.6 (赤) しょうゆ 2 (赤) しょうゆ 1.3 (赤) しょうゆ 8 (赤) しょうゆ 3 (赤) しょうゆ 2 (赤) しょうゆ 1 ③ (黄) ジャがいも 20 (赤) たまねぎ 15 (赤) しょうゆ 10 (赤) しょうゆ 20 (赤) しょうゆ 13 (赤) しょうゆ 1.7	① (赤) 鶏肉 20g (赤) とろろ 80 (赤) たまご 30 (赤) しょうゆ 10 (赤) しょうゆ 0.9 (赤) しょうゆ 0.8 (赤) しょうゆ 1 (赤) しょうゆ 0.2 (赤) しょうゆ 2.5 (赤) しょうゆ 3 (赤) しょうゆ 2 (赤) しょうゆ 1 ② (赤) ほうれん草 5 (赤) ほうれん草 70 (赤) しょうゆ 3 (赤) しょうゆ 2.3 (赤) しょうゆ 0.2 ③ (赤) 黒大豆(カリカリ) 1袋(5g)	① (黄) 干うどん 30g (赤) 鶏肉 20 (赤) ねぎ 15 (赤) たまご 25 (赤) しょうゆ 2 (赤) しょうゆ 0.8 (赤) しょうゆ 1.1 (赤) しょうゆ 0.6 (赤) しょうゆ 0.3 (赤) しょうゆ 2.5 (赤) しょうゆ 4 (赤) しょうゆ 2 (赤) しょうゆ 2 (赤) しょうゆ 1 ② (赤) 小松菜 50 (赤) ひじき 2 (赤) しょうゆ 0.5 (赤) しょうゆ 2 (赤) しょうゆ 0.4 (赤) しょうゆ 0.4 (赤) しょうゆ 1 (赤) しょうゆ 3

月日(曜)	12 5月25日(月)	13 5月26日(火)	14 5月27日(水)	15 5月28日(木)	16 5月29日(金)
献立名	(黄) 麦ごはん (赤) 牛乳 ① さんまのかわり煮 ② もやしの煮びたし ③ すまし汁	(黄) ミルクコッペパン (赤) 牛乳 ① 大豆と鶏肉のトマト煮 ② ほうれん草のソテー ③ チーズ	(黄) ごはん (赤) 牛乳 ① カレー ② 野菜のソテー	(黄) 麦ごはん (赤) 牛乳 ① プリプリ中華いため ② とうふと青菜のスープ	(黄) ごはん (赤) 牛乳 ① 平天とこんにゃくの煮つけ ② 切干大根の三杯酢 ③ ういろ(黒ごとう)
材	① (赤) さし身 1切(40g) (赤) まいし 1.6 (赤) まいし 0.3 (赤) まいし 1.5 (赤) まいし 2.5 (赤) まいし 3 (赤) まいし 0.1 (赤) まいし 1 (赤) まいし 1.5 ② (赤) 油あげ 12 (赤) しょうゆ 0.3 (赤) しょうゆ 1.1 (赤) しょうゆ 1.7 (赤) しょうゆ 0.2 (赤) しょうゆ 0.2 (赤) しょうゆ 55 (赤) しょうゆ 20 (赤) しょうゆ 2 ③ (赤) とろろ 30 (赤) しょうゆ 20 (赤) しょうゆ 0.8 (赤) しょうゆ 0.6 (赤) しょうゆ 2 (赤) しょうゆ 0.8 (赤) しょうゆ 0.8	① (赤) 鶏肉(もも) 25g (赤) 大豆 28 (赤) たまご 50 (赤) しょうゆ 10 (赤) ホールトマト缶詰 27 (赤) サラダ油 1 トマトケチャップ 4.3 ウスターソース 2.7 塩 0.8 こしょう 0.02 こしょう 0.01 ② (赤) ほうれん草 70 (赤) コーン 15 (赤) サラダ油 0.7 塩 0.3 こしょう 0.01 うすくちしょうゆ 1.1 ③ (赤) チーズ(型) 1個(15g)	① (赤) 牛乳 35g (赤) しょうゆ 40 (赤) しょうゆ 50 (赤) しょうゆ 15 (赤) しょうゆ 0.4 (赤) しょうゆ 1 (赤) しょうゆ 1 (赤) しょうゆ 4 (赤) しょうゆ 6 (赤) しょうゆ 1.2 (赤) しょうゆ 5 (赤) しょうゆ 5 (赤) しょうゆ 5 (赤) しょうゆ 2 (赤) しょうゆ 5 (赤) しょうゆ 5 (赤) しょうゆ 4 (赤) しょうゆ 4 (赤) しょうゆ 1.7 (赤) しょうゆ 0.8 (赤) しょうゆ 0.02 (赤) しょうゆ 0.1 (赤) しょうゆ 0.03 (赤) しょうゆ 1.4 (赤) しょうゆ 0.01 ② (赤) ほうれん草 5 (赤) しょうゆ 42 (赤) しょうゆ 10 (赤) しょうゆ 0.7 (赤) しょうゆ 0.2 (赤) しょうゆ 0.01 (赤) しょうゆ 0.8	① (赤) 鶏肉(もも) 35g (赤) しょうゆ 0.5 (赤) しょうゆ 1 (赤) しょうゆ 2.3 (赤) しょうゆ 15 (赤) しょうゆ 0.8 (赤) しょうゆ 0.5 (赤) しょうゆ 40 (赤) しょうゆ 30 (赤) しょうゆ 15 (赤) しょうゆ 0.8 (赤) しょうゆ 1 (赤) しょうゆ 1.5 (赤) しょうゆ 0.2 (赤) しょうゆ 2.3 (赤) しょうゆ 2 (赤) しょうゆ 0.5 (赤) しょうゆ 1 ② (赤) とろろ 30 (赤) しょうゆ 5 (赤) しょうゆ 15 (赤) しょうゆ 15 (赤) しょうゆ 0.5 (赤) しょうゆ 0.3 (赤) しょうゆ 4	① (赤) 鶏肉 20g (赤) 平天 40 (赤) こんにゃく 10 (赤) こんにゃく 20 (赤) しょうゆ 0.7 (赤) しょうゆ 1.7 こしょう 3 ② (赤) ほうれん草 7 (赤) 乾燥切干大根 5 (赤) 乾燥切干大根 0.5 (赤) 乾燥切干大根 2 (赤) 乾燥切干大根 0.9 (赤) しょうゆ 0.5 (赤) しょうゆ 2 (赤) しょうゆ 1.7 ③ (黄) 米 粉 12 (赤) さとう 4.5 (赤) 黒ごとう 3
料	① (赤) さし身 1切(40g) (赤) まいし 1.6 (赤) まいし 0.3 (赤) まいし 1.5 (赤) まいし 2.5 (赤) まいし 3 (赤) まいし 0.1 (赤) まいし 1 (赤) まいし 1.5 ② (赤) 油あげ 12 (赤) しょうゆ 0.3 (赤) しょうゆ 1.1 (赤) しょうゆ 1.7 (赤) しょうゆ 0.2 (赤) しょうゆ 0.2 (赤) しょうゆ 55 (赤) しょうゆ 20 (赤) しょうゆ 2 ③ (赤) とろろ 30 (赤) しょうゆ 20 (赤) しょうゆ 0.8 (赤) しょうゆ 0.6 (赤) しょうゆ 2 (赤) しょうゆ 0.8 (赤) しょうゆ 0.8	① (赤) 鶏肉(もも) 25g (赤) 大豆 28 (赤) たまご 50 (赤) しょうゆ 10 (赤) ホールトマト缶詰 27 (赤) サラダ油 1 トマトケチャップ 4.3 ウスターソース 2.7 塩 0.8 こしょう 0.02 こしょう 0.01 ② (赤) ほうれん草 70 (赤) コーン 15 (赤) サラダ油 0.7 塩 0.3 こしょう 0.01 うすくちしょうゆ 1.1 ③ (赤) チーズ(型) 1個(15g)	① (赤) 牛乳 35g (赤) しょうゆ 40 (赤) しょうゆ 50 (赤) しょうゆ 15 (赤) しょうゆ 0.4 (赤) しょうゆ 1 (赤) しょうゆ 1 (赤) しょうゆ 4 (赤) しょうゆ 6 (赤) しょうゆ 1.2 (赤) しょうゆ 5 (赤) しょうゆ 5 (赤) しょうゆ 5 (赤) しょうゆ 2 (赤) しょうゆ 5 (赤) しょうゆ 5 (赤) しょうゆ 4 (赤) しょうゆ 4 (赤) しょうゆ 1.7 (赤) しょうゆ 0.8 (赤) しょうゆ 0.02 (赤) しょうゆ 0.1 (赤) しょうゆ 0.03 (赤) しょうゆ 1.4 (赤) しょうゆ 0.01 ② (赤) ほうれん草 5 (赤) しょうゆ 42 (赤) しょうゆ 10 (赤) しょうゆ 0.7 (赤) しょうゆ 0.2 (赤) しょうゆ 0.01 (赤) しょうゆ 0.8	① (赤) 鶏肉(もも) 35g (赤) しょうゆ 0.5 (赤) しょうゆ 1 (赤) しょうゆ 2.3 (赤) しょうゆ 15 (赤) しょうゆ 0.8 (赤) しょうゆ 0.5 (赤) しょうゆ 40 (赤) しょうゆ 30 (赤) しょうゆ 15 (赤) しょうゆ 0.8 (赤) しょうゆ 1 (赤) しょうゆ 1.5 (赤) しょうゆ 0.2 (赤) しょうゆ 2.3 (赤) しょうゆ 2 (赤) しょうゆ 0.5 (赤) しょうゆ 1 ② (赤) とろろ 30 (赤) しょうゆ 5 (赤) しょうゆ 15 (赤) しょうゆ 15 (赤) しょうゆ 0.5 (赤) しょうゆ 0.3 (赤) しょうゆ 4	① (赤) 鶏肉 20g (赤) 平天 40 (赤) こんにゃく 10 (赤) こんにゃく 20 (赤) しょうゆ 0.7 (赤) しょうゆ 1.7 こしょう 3 ② (赤) ほうれん草 7 (赤) 乾燥切干大根 5 (赤) 乾燥切干大根 0.5 (赤) 乾燥切干大根 2 (赤) 乾燥切干大根 0.9 (赤) しょうゆ 0.5 (赤) しょうゆ 2 (赤) しょうゆ 1.7 ③ (黄) 米 粉 12 (赤) さとう 4.5 (赤) 黒ごとう 3

① 地産地消献立 ② 和(なごみ)献立 ③ 旬の食材を使った献立 ④ たけのこごはん(真)……油あげ・たけのこ・干しいたけの具を各自がごはんに入れて食べます。⑤ ヒンパル(真)肉と卵・ナムル・血に盛りつけた「肉と卵」と「ナムル」の2種類の具を各自がごはんの上に乗せて、混ぜて食べます。
⑥ スチームコンベクションオープンを使った献立 ⑦ さけの塩こうじ焼き ⑧ 五目煮豆 ⑨ ういろ(黒ごとう)

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、尊重する心をつちか。

京都府では、米を中心と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。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。

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、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る等の緊急な対応が必要になります。通常の献立を用意し、休校となった場合は、大量の食材をゴミとして廃棄することは、教育上の観点から好ましくありません。したがって給食時間を早めるなどの場合に柔軟に対応するために、あらかじめ学校に備えている物資を使用した台風献立に変更して給食を実施することになります。

台風献立A・B・Cのうち、ど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。

*台風献立の1回分として、京都府内で大規模災害時に避難所などで提供するために備蓄していたアルファ化米を使用します。

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	炊きこみ五目ごはん(赤) 牛乳	×	×	×	×	×
台風献立B	カレーピラフ(赤) 牛乳	×	×	×	×	×
台風献立C	トマトスープ	×	×	×	×	×

※ 魚介類・海産物は、いか及びえび・かに、そのほか甲殻類、またはアレルギーである甲殻類由来のたんぱく質が極めて微量ながら含ま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、必要なのは学校にお尋ねください。

千枚漬

千枚漬は、今から百数十年前に生まれました。孝明天皇の宮中に仕えていた大藤藤三郎が天皇の嗜好に合うよう、縄手三条下ルにあった漬物屋が尾花川漬として売っていたかぶらの漬物にヒントを得て作りだしたものが、千枚漬の起源と言われています。

冷たい空気で甘みの増した聖護院かぶらを、丁寧に皮むき、洗浄していきます。そして、職人の腕の見せどころ、特製のカンナでスライスしていきます。その後、手のひらと指先でトランプを広げるように並べて下漬けし、重石を乗せた樽の中でじっくり熟成を待ちます。最後に上質な昆布、米酢、みりんを加えて本漬けし、繊細で上品な千枚漬が完成します。

京都府漬物協同組合 | 〒615-0006 右京区西院金池町15-7 (株)もり内 TEL.075-802-1515(株)もり | 京都ツワのためのお漬物サイト お漬もんライフ | 掲載

令和2年5月1日

保護者の皆様



京都市立第四錦林小学校
校長 長谷川 英司

令和2年5月分京都市小学校給食献立表の変更について

日頃は、本校教育の推進にご協力いただき、誠にありがとうございます。

さて、令和2年3月5日から実施された臨時休校に伴う給食中止によって提供することができなかった「桜もち」を、令和2年5月分京都市小学校給食献立表の献立番号④に追加して提供することといたします。

【変更後】

④ 5月22日(金)	
(黄)減量ごはん	
(赤)牛乳	
① カレーうどん	
② 小松菜とひじきのいためもの	
③ 桜もち	
①	(黄)干うどん 30g
	(赤)鶏肉(スライス) 20
	(赤)油あげ 15
	(緑)たまねぎ 25
	(緑)絹ねぎ 2
	(黄)さとう 0.8
	みりん 1.1
	カレー粉 0.6
	塩 0.3
	こいくちしょうゆ 2.5
	うすくちしょうゆ 2
	(黄)片くり粉 2
	けずりぶし 2
	だし昆布 1
②	(緑)小松菜 50
	(赤)ひじき 2
	(黄)ごま油 0.5
	(黄)わりごま 2
	(赤)花かつお 0.4
	(黄)さとう 0.4
	みりん 1
	こいくちしょうゆ 3
③	(赤黄)桜もち 1個 (30g)