

月日(曜)	⑧ 5月18日(月)	④ 5月19日(火)	③ 5月20日(水)	⑥ 5月21日(木)	⑨ 5月22日(金)
献立名	(黄)麦ごはん (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)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	(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 ¹ ③チーズ	(黄)麦ごはん (赤)牛乳 ①S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	(黄)ごはん (赤)牛乳 ①高野どうふと野菜のたき合わせ ②ごま酢煮 ③じやこ
材料	①(赤)牛ひき肉40g (緑)油0.2 (黄)サラダ油0.5 (赤)ガーリックパウダー0.2 (赤)赤みそ2.5 (黄)赤みそ1 (黄)さみ料理1.1 (赤)こいくちしょうゆ0.5 (赤)鶏卵20 (黄)サラダ油0.3 ②(緑)にんじん5 (緑)ほうれん草30 (緑)大豆もやし20 (緑)乾燥切干大根2 (黄)ごま油0.4 (黄)すりごま1 (黄)コジヤン1 うすくちしょうゆ3 ③(緑)たまねぎ25 (赤)乾燥わかめ0.5 (黄)キンスープ10 料理塩1 こしょよう0.01 うすくちしょうゆ2.3 ④(赤)手巻のり1袋(3g)	①(黄)干肉うどん30g (赤)鶏肉20 (赤)油15 (緑)たまねぎ25 (緑)細ねぎ2 (黄)さみ粉0.8 み力1.1 レ塩0.6 こいくちしょうゆ2.5 うすくちしょうゆ4 (黄)片粉2 けずりぶし2 だ昆1 ②(緑)小松菜50 (赤)ひじまき油2 (黄)ごいりか粉0.5 (赤)花粉0.2 (黄)さみごつ粉0.4 こしょよう0.01 うすくちしょうゆ1.1 ③(赤)チーズ(型)1個(15g)	①(赤)鶏肉(もも)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4.3 ウスターソース2.7 塩0.8 こしょよう0.02 ローリエ0.01 ②(緑)ほうれん草70 (緑)コーン15 (黄)サラダ油0.7 塩0.3 こしょよう0.01 うすくちしょうゆ1.1 ③(赤)チーズ(型)1個(15g)	①(赤)さけ1切(50g) 塩こうじ7.5 ②(緑)乾燥切干大根4 (黄)三温糖1 みりん1 うすくちしょうゆ2 けずりぶし1 (緑)にんじん5 (緑)小松菜30 うすくちしょうゆ1 ②(赤)かまぼこ5 (緑)にんじん5 (緑)キヤベツ42 (緑)きゅうり10 (黄)すりごま2 (黄)さとう0.6 うすくちしょうゆ3 米酢1.3 ③(赤)じゃこ(ミニ)1袋(5g)	
月日(曜)	⑯ 5月25日(月)	⑦ 5月26日(火)	② 5月27日(水)	⑭ 5月28日(木)	⑯ 5月29日(金)
献立名	(黄)麦ごはん (赤)牛乳 ①カレー ②野菜のソテー	(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 ¹ ③パインゼリー	(黄)コッペパン(国内産小麦100%) (赤)牛乳 ①ミートボールとキャベツのトマト煮 ②じゃがいものソテー	(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)ごはん ①たけのこごはん(具) ②きびなごのこはくあげ ③春野菜のみそ汁
材料	①(赤)牛ひき肉35g (黄)じやがいも40 (緑)たまねぎ50 (緑)にんじん15 (緑)しょくじょうが0.4 (黄)サラダ油(炒め用)1 (黄)サラダ油(ルー用)1 (黄)バターフライ1 (黄)小麦粉1.6 (赤)脱脂粉乳1.2 (赤)チーズ(小角)5 (赤)ヨーグルト(調理用)5 トマトピューレ5 フルーツチャツネ2 バーベキューソース4 ウスターソース1.7 塩0.8 こしょよう0.02 ガーリックパウダー0.1 オールスパイス0.03 こいくちしょうゆ1.4 ローリエ0.01 ②(緑)にんじん5 (緑)キヤベツ42 (緑)コーン10 (黄)サラダ油0.7 こしょよう0.01 うすくちしょうゆ0.8 ③(緑)パインゼリー1個(30g)	①(赤)油あげ糖35g (黄)三温糖1.7 こいくちしょうゆ2.5 けずりぶし0.8 (赤)鶏卵50 (黄)たまねぎ30 (赤)細切りまんじゅう10 (黄)ごりやう粉0.5 こしょよう0.01 うすくちしょうゆ4.8 ②(赤)豚肉10 (緑)乾燥切干大根4 つきこんにやくぶ10 (赤)細切りまんじゅう2 (黄)ごりやう粉0.5 こしょよう0.01 ローリエ0.01 ③(黄)じゃがいも0.8 (緑)にんじん2.3 料理酒1 うすくちしょうゆ3.4 ③(緑)パインゼリー1個(30g)	①(赤)豚肉20g (赤)とまねぎ20 (黄)牛乳15 ひひま理り酒粉22 片く塩0.1 こしまんじゅう25 にキニヤベツ粉42 ホールトマト缶詰20 (黄)サラダ油0.5 チキンスープ10 トマトケチャップ0.6 塩0.4 こしょよう0.01 ローリエ0.01 ②(赤)豚肉10 (緑)乾燥切干大根4 つきこんにやくぶ10 (赤)細切りまんじゅう2 (黄)ごりやう粉0.5 こしょよう0.01 ローリエ0.01 ②(黄)じゃがいも50 (緑)にんじん5 度豆10 (黄)サラダ油0.5 塩0.3 こしょよう0.01 うすくちしょうゆ1 ③(緑)パインゼリー1個(30g)	①(赤)鶏肉20g (赤)とまねぎ80 (黄)牛乳30 ひひま理り酒粉22 片く塩0.1 こしまんじゅう25 にキニヤベツ粉42 ホールトマト缶詰20 (黄)サラダ油0.5 チキンスープ10 トマトケチャップ0.6 塩0.4 こしょよう0.01 ローリエ0.01 ②(赤)鶏肉20g (赤)とまねぎ30 (黄)牛乳10 ひひま理り酒粉22 片く塩0.1 こしまんじゅう25 にキニヤベツ粉42 ホールトマト缶詰20 (黄)サラダ油0.5 チキンスープ10 トマトケチャップ0.6 塩0.4 こしょよう0.01 ローリエ0.01 ②(赤)にんじん5 (黄)ほうれん草70 (黄)すりごま3 こいくちしょうゆ2.3 けずりぶし0.2 ③(赤)にんじん5 (黄)ほうれん草3 こいくちしょうゆ2.3 けずりぶし0.2 ③(赤)黒大豆(カリカリ)1袋(5g)	①(黄)ごはん ②(赤)きびなごのこはくあげ ③(黄)春野菜のみそ汁 ④(赤)油あげ (緑)たまねぎ35 干しとり0.5 みどり0.5 こいくちしょうゆ0.5 うすくちしょうゆ4 けずりぶし0.6 ②(赤)きびなごのこはくあげ (緑)料理酒1.6 干しとり0.5 こいくちしょうゆ0.5 うすくちしょうゆ4 けずりぶし0.6 ②(赤)にんじん35 (黄)米粉8 (黄)片粉3 (黄)油揚げ用2 ③(黄)じゃがいも20 (緑)たまねぎ15 干しとり0.5 こいくちしょうゆ0.5 うすくちしょうゆ4 けずりぶし0.6 ③(黄)じゃがいも20 (緑)たまねぎ10 干しとり0.5 こいくちしょうゆ0.5 うすくちしょうゆ4 けずりぶし0.6 ③(赤)黒大豆(カリカリ)1袋(5g)

地産地消献立

和(なごみ)献立

今月のセルフまぜごはん

(5)たけのこごはん(具)……油あげ・たけのこ・干しいたけの具を各自がごはんに混ぜて食べます。

(6)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にのせて、混ぜて食べます。

S スチームコンベクションオーブンを使った献立…(6)さけの塩こうじ焼き (10)五目煮豆 (13)ういろう(黒ざとう)

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、尊重する心をもつ。

京都市では、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。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、大量の食材をゴミとして廃棄することは、教育上の観点からも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ABC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、京都市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。

京都市では、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。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、よろしくお願いいたします。

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

台風献立アレルギーの原因物質を含