

令和2年4月吉日

保護者の皆様

京都市立京都京北小中学校

校長 新井 保  
栄養教諭 田和 千裕

### 令和2年5月分 京都市小学校給食献立表について

保護者の皆様におかれましては、ご健勝のこととお喜び申し上げます。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、本校では献立の内容について、京都市の小学校と統一の献立を基準としてそこから、地場産物の活用・施設設備の利用の2点から京北独自の献立を月に数回実施しております。令和2年4月以降家庭配布用献立表については、京都市小学校給食献立表と別紙京北献立の追加のお知らせを配布することにしております。つきましては、5月分の献立の変更について、以下の通り実施しますので、お知りおきください。

また、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、献立番号④に追加して提供することいたします。

さらに、7年生以降の生徒については、量の調整だけでは必要な栄養素が不足するため、月に数回献立にチーズ、ヨーグルト、じゃこなどを追加しております。別紙でお知らせいたしますので、ご確認ください。また、5月分平均栄養摂取量についてもあわせてお知らせいたします。

#### 〈5月分献立の変更について〉

地場産物の活用・施設設備の利用	
5月11日（金）⑪	いものこ汁 切りふ2g 追加
5月13日（水）①	脱脂粉乳5g→牛乳30gに変更
5月19日（火）④	桜もち1個（30g）追加
5月22日（金）⑨	ごはん→たきこみ五目ごはんに変更（下記に変更後を記載）
5月25日（月）⑮	脱脂粉乳→牛乳20gに変更
5月25日～	たまねぎ（京北産）に変更

通年：精白米→京北産米（コシヒカリ）、赤みそ→赤みそ（京北）

#### 〈5月分平均栄養摂取量について〉

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	カルシウム (mg)
摂取基準（1・2年生）	530	（摂取エネルギーの13～20%）	290
5月分平均	575	23.3	334
摂取基準（3・4年生）	650	（摂取エネルギーの13～20%）	350
5月分平均	654	26.5	359
摂取基準（5・6年生）	780	（摂取エネルギーの13～20%）	360
5月分平均	742	29.9	387
摂取基準（7～9年生）	830	（摂取エネルギーの13～20%）	450
5月平均	862	34.6	447

◆⑨5月22日（金）	
① 炊きごはん	ごはん
(赤)牛	牛
② 高野どうふと野菜のたき合わせ	あわせ
③ ごま酢	酢
④ じゃこ	こ
① (黄)精白米	60
(黄)もち米	20
(赤)まぐろ油漬	24
(緑)たけのこ缶詰	15
(緑)にんじん	5
(緑)干し芋	0.8
(黄)ごま油	1
料理酒	1
オイスターソース	5
塩	0.5
こいくちしょうゆ	3
② (赤)高野どうふ（角切）	15
(黄)さとう	2.4
うすくちしょうゆ	6
けずりぶし	1
(赤)鶏肉	25
(緑)にんじん	15
(緑)干し芋	0.8
(黄)さとう	1
うすくちしょうゆ	2.5
③ (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
④ (赤)じゃこ（ミニ）1袋(5g)	

令和2年4月吉日

保護者の皆様

京都市立京都京北小中学校

校長 新井 保

栄養教諭 田和 千裕

### 7~9年生の給食について【追加内容のお知らせ】

保護者の皆様におかれましては、ご健勝のこととお喜び申し上げます。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。

さて毎月、献立表を配布させていただきますが、成長期の後半である7年生以降の生徒には、量の調整だけでは必要な栄養素が不足するため、月に数回献立にチーズ、ヨーグルト、じやこなどを追加しております。つきましては、5月分の献立の追加について、以下の通り実施しますので、お知りおきください。

〈5月分追加の内容について〉

	通常献立	追加の内容
5月13日(水)	ミルクコッペパン・牛乳 じやがいものクリームシチュー・ひじきのソテー	チーズ(型)
5月14日(木)	麦ごはん・牛乳・プリプリ中華いため・とうふと青菜のスープ	ヨーグルト
5月21日(木)	麦ごはん・牛乳・さけの塩こうじ焼き・小松菜と切干大根の煮びたし・みそ汁	ヨーグルト
5月29日(金)	たけのこごはん・きびなごのこはくあげ・春野菜のみそ汁	牛乳