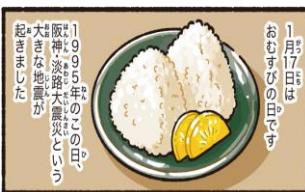




城陽市のHPに
毎日の給食写真を
のせています♪



おむすびのひ



たものたいせつ
食べ物の大切さと、みんなで
支え合う心を学ぶ日にしましょう。

城陽市の白菜・大根を使用！

1月 よていこんだて表

NO 1

城陽市立学校給食センター 小学校

1月13日(火)

1月14日(水)

1月15日(木)

1月16日(金)



ごはん（減量）
牛乳
ぞうに
ぶりの照り焼き
紅白なます

きなこ揚げパン
牛乳
ラビオリのトマト煮
シャキシャキツナサラダ

城陽市のキャベツを使用！

食品名 1人分量

(黄) 精白米	68 g
(赤) 牛乳	1 本
(赤) 油揚げ	7 g
(黄) 煮込み餅	28 g
(黄) (冷) 里芋 乱切り	20 g
(緑) 大根	20 g
(緑) 金時人参	8 g
(緑) みずな	5 g
(赤) 白みそ	11 g
(赤) 中辛みそ	2 g
削り節	1.5 g
だし昆布	0.5 g
水	85 g
(赤) ぶり(一夕・40g)	1 切
(黄) 三温糖	0.75 g
みりん	1.5 g
濃口しょうゆ	1.8 g
(黄) でんぶん	0.3 g
水	8 g
(緑) 大根	24 g
(緑) 金時人参	6 g
(黄) 白いりごま	0.8 g
(黄) 白すりごま	0.8 g
酢	1.6 g
(黄) 上白糖	1 g
淡口しょうゆ	0.4 g
塩	0.15 g

城陽市の水菜を使用！

お正月献立

食品名 1人分量

(黄) 小型パン	1 こ
(赤) きな粉	4 g
(黄) 三温糖	4 g
焼き塩	0.02 g
(黄) 米油 (揚げ油)	4 g
(赤) 牛乳	1 本
(赤) 鶏肉	20 g
(赤) ショルダーベーコン	12 g
(緑) 玉ねぎ	40 g
(緑) 人参	15 g
(黄) ラビオリ	25 g
(緑) パセリ	0.05 g
(緑) トマト水煮	12 g
トマトケチャップ	8 g
トマトピューレ	5 g
(黄) 小麦粉	0.9 g
ウスターーソース	1.2 g
冷凍ブイヨン(チキン)	6 g
こしょう	0.02 g
水	50 g
(赤) ぶり(一夕・40g)	1 切
(黄) 三温糖	0.75 g
みりん	1.5 g
濃口しょうゆ	1.8 g
(黄) でんぶん	0.3 g
水	8 g
(緑) 大根	24 g
(緑) 金時人参	6 g
(黄) 白いりごま	0.8 g
(黄) 白すりごま	0.8 g
酢	1.6 g
(黄) 上白糖	1 g
淡口しょうゆ	0.4 g
塩	0.15 g

城陽市の水菜を使用！



食品名 1人分量

(黄) 精白米	75 g
(赤) 牛乳	1 本
(赤) 油揚げ	7 g
(黄) 煮込み餅	28 g
(黄) (冷) 里芋 乱切り	20 g
(緑) 大根	20 g
(緑) 金時人参	8 g
(緑) みずな	5 g
(赤) 白みそ	11 g
(赤) 中辛みそ	2 g
削り節	1.5 g
だし昆布	0.5 g
水	85 g
(赤) ぶり(一夕・40g)	1 切
(黄) 三温糖	0.75 g
みりん	1.5 g
濃口しょうゆ	1.8 g
(黄) でんぶん	0.3 g
水	8 g
(緑) 大根	24 g
(緑) 金時人参	6 g
(黄) 白いりごま	0.8 g
(黄) 白すりごま	0.8 g
酢	1.6 g
(黄) 上白糖	1 g
淡口しょうゆ	0.4 g
塩	0.15 g

城陽市の聖護院かぶ・青ねぎを使用！

食品名 1人分量

(黄) 精白米	75 g
(赤) 牛乳	1 本
(赤) 油揚げ	7 g
(黄) 烤三温糖	4 g
燒き塩	0.02 g
(黄) 米油 (揚げ油)	4 g
(赤) 牛乳	1 本
(赤) 鶏肉	20 g
(赤) ショルダーベーコン	12 g
(緑) 玉ねぎ	40 g
(緑) 人参	15 g
(黄) ラビオリ	25 g
(緑) パセリ	0.05 g
(緑) トマト水煮	12 g
トマトケチャップ	8 g
トマトピューレ	5 g
(黄) 小麦粉	0.9 g
ウスターーソース	1.2 g
冷凍ブイヨン(チキン)	6 g
こしょう	0.02 g
水	50 g
(赤) ぶり(一夕・40g)	1 切
(黄) 三温糖	0.75 g
みりん	1.5 g
濃口しょうゆ	1.8 g
(黄) でんぶん	0.3 g
水	8 g
(緑) 大根	24 g
(緑) 金時人参	6 g
(黄) 白いりごま	0.8 g
(黄) 白すりごま	0.8 g
酢	1.6 g
(黄) 上白糖	1 g
淡口しょうゆ	0.4 g
塩	0.15 g

城陽市の聖護院かぶ・青ねぎを使用！

食品名 1人分量

(黄) 精白米	75 g
(赤) 牛乳	1 本
(赤) 油揚げ	7 g
(黄) 烤三温糖	4 g
燒き塩	0.02 g
(黄) 米油 (揚げ油)	4 g
(赤) 牛乳	1 本
(赤) 鶏肉	20 g
(赤) ショルダーベーコン	12 g
(緑) 玉ねぎ	40 g
(緑) 人参	15 g
(黄) ラビオリ	25 g
(緑) パセリ	0.05 g
(緑) トマト水煮	12 g
トマトケチャップ	8 g
トマトピューレ	5 g
(黄) 小麦粉	0.9 g
ウスターーソース	1.2 g
冷凍ブイヨン(チキン)	6 g
こしょう	0.02 g
水	50 g
(赤) ぶり(一夕・40g)	1 切
(黄) 三温糖	0.75 g
みりん	1.5 g
濃口しょうゆ	1.8 g
(黄) でんぶん	0.3 g
水	8 g
(緑) 大根	24 g
(緑) 金時人参	6 g
(黄) 白いりごま	0.8 g
(黄) 白すりごま	0.8 g
酢	1.6 g
(黄) 上白糖	1 g
淡口しょうゆ	0.4 g
塩	0.15 g

城陽市の聖護院かぶ・青ねぎを使用！

食品名 1人分量

(黄) 精白米	75 g
(赤) 牛乳	1 本
(赤) 油揚げ	7 g
(黄) 烤三温糖	4 g
燒き塩	0.02 g
(黄) 米油 (揚げ油)	4 g
(赤) 牛乳	1 本
(赤) 鶏肉	20 g
(赤) ショルダーベーコン	12 g
(緑) 玉ねぎ	40 g
(緑) 人参	15 g
(黄) ラビオリ	25 g
(緑) パセリ	0.05 g
(緑) トマト水煮	12 g
トマトケチャップ	8 g
トマトピューレ	5 g
(黄) 小麦粉	0.9 g
ウスターーソース	1.2 g
冷凍ブイヨン(チキン)	6 g
こしょう	0.02 g
水	50 g
(赤) ぶり(一夕・40g)	1 切
(黄) 三温糖	0.75 g
みりん	1.5 g
濃口しょうゆ	1.8 g
(黄) でんぶん	0.3 g
水	8 g
(緑) 大根	24 g
(緑) 金時人参	6 g
(黄) 白いりごま	0.8 g
(黄) 白すりごま	0.8 g
酢	1.6 g
(黄) 上白糖	1 g
淡口しょうゆ	0.4 g
塩	0.15 g

城陽市の聖護院かぶ・青ねぎを使用！

食品名 1人分量

(黄) 精白米	75 g
(赤) 牛乳	1 本
(赤) 油揚げ	7 g
(黄) 烤三温糖	4 g
燒き塩	0.02 g
(黄) 米油 (揚げ油)	4 g
(赤) 牛乳	1 本
(赤) 鶏肉	20 g
(赤) ショルダーベーコン	12 g
(緑) 玉ねぎ	40 g
(緑) 人参	15 g
(黄) ラビオリ	25 g
(緑) パセリ	0.05 g
(緑) トマト水煮	12 g
トマトケチャップ	8 g
トマトピューレ	5 g
(黄) 小麦粉	0.9 g
ウスターーソース	1.2 g
冷凍ブイヨン(チキン)	6 g
こしょう	0.02 g
水	50 g
(赤) ぶり(一夕・40g)	1 切
(黄) 三温糖	0.75 g
みりん	1.5 g
濃口しょうゆ	1.8 g
(黄) でんぶん	0.3 g
水	8 g
(緑) 大根	24 g
(緑) 金時人参	6 g
(黄) 白いりごま	0.8 g
(黄) 白すりごま	0.8 g
酢	1.6 g
(黄) 上白糖	1 g
淡口しょうゆ	0.4 g
塩	0.15 g

城陽市の聖護院かぶ・青ねぎを使用！

食品名 1人分量



城陽市のHPに
毎日の給食写真を
のせてあります♪



1月 よていこんだて表

NO 2

城陽市立学校給食センター 小学校

1月26日(月)	1月27日(火)	1月28日(水)	1月29日(木)	1月30日(金)										
黒糖パン 牛乳 ポトフ すぐきとじやこの梅パスタ 城陽市の梅を使用！	ごはん 牛乳 水菜と豚肉のハリハリ鍋 さばのそぼろ丼 新メニュー	ごはん 牛乳 生麩のすまし汁 さわらの竜田揚げ 白菜のごまあえ 新メニュー	ごはん 牛乳 豆乳みそ汁 聖護院大根のふろふき(鶏そぼろ) 新メニュー	ごはん 牛乳 かしわのシユシユ 九条ねぎのごママヨ和え										
食品名 1人分量	食品名 1人分量	食品名 1人分量	食品名 1人分量	食品名 1人分量										
(黄) 黒糖パン 1こ (赤) 牛乳 1本 (赤) ポークワインナー(10mm) 12g (赤) 鶏肉 10g (黄) じゃが芋 40g (緑) 人参 20g (緑) 玉ねぎ 40g (緑) キャベツ 25g 淡口しょうゆ 1.7g 冷凍ブイヨン(チキン) 6g 塩 0.2g こしょう 0.02g ローレル 0.02g 水 43g	(黄) 精白米 75g (赤) 牛乳 1本 (赤) 豚肉スライス 25g (緑) 白菜 30g (緑) 大根 25g (緑) 人参 15g (緑) 玉ねぎ 8g (緑) しめじ 5g (緑) みずな 10g (黄) 緑豆はるさめ 4g 酒 0.5g 塩 0.3g 淡口しょうゆ 4g 削り節 1.5g だし昆布 0.5g 水 50g (赤) さば水煮 25g 酒 1g (黄) 米油 0.2g 濃口しょうゆ 2.8g (黄) 三温糖 2.2g (緑) 人参 10g (緑) 千しきいたけ 0.5g (赤) かまぼこ(ピンク) 10g (緑) (冷) 三度豆 5g 水 5g	(黄) 精白米 75g (赤) 牛乳 1本 (赤) 生ふ 9g (緑) 玉ねぎ 20g (緑) 人参 10g (緑) えのきたけ 8g (緑) 青ねぎ 5g 塩 0.2g 淡口しょうゆ 4g だし昆布 0.5g 削り節 3g 水 115g (赤) 鰯の竜田揚げ(40g) 1こ (黄) 米油(揚げ油) 4g (緑) 白菜 26g (緑) 人参 5g (黄) 白いりごま 0.5g (黄) 白すりごま 0.5g (黄) 三温糖 0.2g 濃口しょうゆ 1.5g プチドリップ 0.2g	(黄) 精白米 75g (赤) 牛乳 1本 (赤) 豚肉スライス 20g (赤) 油揚げ 5g (緑) 緑豆もやし 10g (緑) 玉ねぎ 20g (緑) しめじ 8g (緑) 青ねぎ 5g 淡口しょうゆ 4g だし昆布 0.5g 削り節 3g 水 115g (赤) こうじみそ 1.2g 煮干 2.5g 水 85g (緑) 聖護院大根 50g 淡口しょうゆ 2g みりん 0.5g だし昆布 0.8g 水 10g (赤) 鶏肉ミンチ 15g (黄) 上白糖 1g 酒 2g (赤) 中辛みそ 2g 水 7g (黄) でんぶん 0.8g	(黄) 精白米 75g (赤) 牛乳 1本 (赤) 鶏肉 35g (赤) 焼き豆腐 30g 切り麩 2g (緑) 人参 7g (緑) 玉ねぎ 35g 白菜 20g 春菊 4g 青ねぎ 6g 突きこんにゃく 25g 三温糖 2.3g 濃口しょうゆ 6g 淡口しょうゆ 1.5g みりん 2g 水 30g (緑) 青ねぎ 12g 大根 19g (緑) 人参 6g (赤) ボンレスハムスライス 9g (黄) ノンエッグマヨネーズ 6g (黄) 白すりごま 1.5g 塩 0.1g こしょう 0.02g 淡口しょうゆ 0.4g										
栄養量 エネルギー(㎉) たんぱく質(g) 脂肪(g)	栄養量 エネルギー(㎉) たんぱく質(g) 脂肪(g)	栄養量 エネルギー(㎉) たんぱく質(g) 脂肪(g)	栄養量 エネルギー(㎉) たんぱく質(g) 脂肪(g)	栄養量 エネルギー(㎉) たんぱく質(g) 脂肪(g)										
594 594	22.9 22.9	18.5 18.5	517 517	24.3 24.3	12.5 12.5	532 532	21.4 21.4	16.7 16.7	526 526	23.3 23.3	15.3 15.3	560 560	24.6 24.6	16.9 16.9

京都府 まゆまろ 240036

・じょうりんちゃん

精白米は城陽産ヒノヒカリを使用しています。

1月26日(月)～1月30日(金)は給食週間です！
今年度のテーマは「京都味めぐり・京の伝統食材」



毎月「京都味めぐり」をテーマに、京都ならではの食材を使った給食が登場しています。給食週間でも、京都の豊かな風土と歴史の中で育まれてきた伝統的な食材を取り入れた給食を味わいます。京都の食文化や伝統について知り、味わっていただきましょう♪

26日 すぐき

【すぐきと梅のじゅうじ】
京漬物のひとつ「すぐき漬け」や
ちりめんじゅうじ・城陽産梅肉を使った
パスタです。

