



衛生に気をつけよう

ジメジメと蒸し暑い日が続いたり、ときには肌寒い日があったりと、体調を崩しやすい季節です。気温や湿度が高いこの時期は、食中毒の原因となる菌が増えやすくなります。3つのポイントに気をつけて過ごしましょう。

食中毒を防ぐ3つのポイント



① つけない

手は石けんで洗いましょう。生の肉や魚、卵などを触った時には、とくに念入りに！



給食では

こまめに手洗いをしています。給食ができるまでに20回以上手を洗います。

② ふやさない

料理を室温に長時間放置しないようにしましょう。



給食では

調理後2時間以内に食べるようにしています。

③ やっつける

食材の中心部まで十分加熱し、食中毒菌をやっつけましょう。



給食では

果物などを除き、原則としてすべての食品を加熱しています。

給食は、子どもたちが安全安心でおいしい給食を食べることができるように、手洗いの徹底、調理時の温度管理、調理工程の管理など、徹底した衛生管理を行っています。

Instagramでは給食の人気メニューや調理の様子を紹介しています！



福山市学校給食【公式】

検索

FUKUYAMA_KYUSHOKU

給食では、地場産物（ふくやまSUN・福山市内産・広島県内産）をできるだけ使用します。（材料欄の太字で書いてある材料が地場産物です。天候等により使用できない場合もあります。）



今月の食塩摂取量
小学校：1食平均2.0g
中学校：1食平均2.4g

今月の献立 ※ぎゅうにゅうは、毎日あります

日(曜)	こんだてめい H班校 (北西ブロック)	主な材料			調味料・だし等	E値* キカロリ-
		(き) 主に熱や力になるもの	(あか) 主に血や肉になるもの	(みどり) 主に体の調子を 整えるもの		
2月	ふりかえきゅうじつ					
3(火)	ひろしまたっぴりピピンパ かんこくふうスープ 	ごはん しろごま ごまあぶら トック あぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく きんしたまご しらすぼし とりにく わかめ	ひろしまなづけ はくさいキムチ もやし にんにく とうもろこし たまねぎ にんじん	しょうゆ こしょう うすくちしょうゆ しお とりがらスープ	577
4(水)	ごはん いかのてんぷら きりぼしだいこんの ベーコンソテー けんちんじる	ごはん あぶら	ぎゅうにゅう ベーコン とうふ とりにく いかのてんぷら あぶらあげ	きりぼしだいこん ごまつな にんじん にんにく たまねぎ ごぼう ねぎ こんにゃく	さけ しょうゆ しお こしょう だしiriこ	603
5(木)	こがたパン パンキンパン たらこクリームスパゲティ コーンサラダ	パンキンパン スパゲティ オリーブオイル さとう あぶら	ぎゅうにゅう たらこ ベーコン	たまねぎ しめじ にんにく とうもろこし キャベツ きゅうり	あかワイン しお こしょう す うすくちしょうゆ クリームポタージュ	581
6(金)	ごはん かみってる！GOGOいため かきたまじる 	ごはん しろごま あぶら ごまあぶら さとう かたくりこ	ぎゅうにゅう ぶたにく ガスてん あかみそ たまご とうふ とりにく	ごぼう こんにゃく にんじん えだまめ えのきだけ たまねぎ チンゲンサイ	しょうゆ さけ うすくちしょうゆ しお だしiriこ	572
9(月)	ごはん とりのからあげ コーンキャベツ やかましいみそしる	ごはん かたくりこ あぶら じゃがいも	ぎゅうにゅう とりにく とうふ わかめ あぶらあげ ちゅうみそ	しょうが にんにく キャベツ とうもろこし にんじん たまねぎ しめじ ねぎ	しょうゆ だしiriこ	658

日 (曜)	こんだてめい H班校 (北西ブロック)	主 な 材 料			調味料・だし等	E値* +カロリー
		(き) 主に熱や力になるもの	(あか) 主に血や肉になるもの	(みどり) 主に体の調子を 整えるもの		
10 (火)	ごはん うまに あなごときゅうりのあえもの	ごはん じゃがいも あぶら さとう しろこま	ぎゅうにゅう とりにく あつあげ まめちくわ うずらたまご やきあなご	にんじん こんにやく さやいんげん きゅうり	みりん しょうゆ うすくちしょうゆ す	597
11 (水)	ごはん さばのソースに こんぶあえ おこめんスープ	ごはん さとう こめこめん あぶら	ぎゅうにゅう さば しおこんぶ とりにく	しょうが キャベツ たまねぎ にんじん チンゲンサイ ほししいたけ	しょうゆ ウスターソース さけ しお うすくちしょうゆ とりがらスープ	568
12 (木)	パン ポークビーンズ ごぼうサラダ	パン じゃがいも さとう あぶら	ぎゅうにゅう だいず ぶたにく まぐろあぶらづけ	たまねぎ にんじん マッシュルーム ごぼう きゅうり	ケチャップ す ウスターソース しお こしょう	600
13 (金)	ごはん マーボーひじき パンサンスー	ごはん ごまあぶら さとう かたくりこ はるさめ しろこま	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく ひじき あかみそ ロースハム	にんじん たまねぎ にら しょうが にんにく キャベツ きゅうり	トウバンジャン しょうゆ しお す からし	578
16 (月)	ツナそぼろごはん わふうワンタン れいとうみかん	むぎごはん あぶら さとう ワンタンめん	ぎゅうにゅう まぐろあぶらづけ くきわかめ きんしたまご とりにく	たまねぎ にんじん チンゲンサイ ほししいたけ みかん	しょうゆ しお こしょう だしiriこ	592
17 (火)	ごはん しろみざかなとだいの かわりソースかけ ポイルキャベツ もずくスープ	ごはん かたくりこ あぶら さとう	ぎゅうにゅう ホキ だいず まめちくわ もずく	キャベツ にんじん たまねぎ えのきだけ ねぎ	さけ からし しょうゆ す しお うすくちしょうゆ とりがらスープ	568
18 (水)	ごはん チンジャオロウスー はるさめスープ さつまいもチップス	ごはん さとう あぶら かたくりこ はるさめ さつまいもチップス	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく	しょうが たまねぎ にんじん たけのこ ピーマン もやし ほししいたけ ねぎ	しょうゆ オイスターソース しお こしょう トウバンジャン とりがらスープ うすくちしょうゆ	555
19 (木)	ピタパンサンド てりやきチキン ポイルキャベツ マカロニスープ	ピタパン じゃがいも さとう かたくりこ マカロニ 1食ノンエッグマヨ ネーズ	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン	しょうが キャベツ にんじん たまねぎ とうもろこし	みりん しょうゆ さけ しお こしょう とりがらスープ	603
20 (金)	ごはん あじつけのり たんたんうどん かいそうサラダ 北西ブロック	ごはん うどん さとう しろこま ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく かいそうミックス まぐろあぶらづけ あじつけのり	しょうが にんにく たまねぎ にんじん チンゲンサイ とうもろこし キャベツ きゅうり もやし	トウバンジャン しょうゆ しお こしょう とりがらスープ す	553
23 (月)	ごはん くれのにくじゃが はりはりづけ アーモンドいりこ 広島の 郷土料理	ごはん じゃがいも あぶら さとう アーモンドいりこ	ぎゅうにゅう ぶたにく しらすほし しおこんぶ	たまねぎ きりほしだいこん きゅうり にんじん こんにやく	しょうゆ みりん しお うすくちしょうゆ す	582
24 (火)	ごはん あじのたつたあげ ゆかりあえ ぶたじる	ごはん かたくりこ あぶら さとも	ぎゅうにゅう あじ とうふ ぶたにく ちゅうみそ	しょうが キャベツ たまねぎ にんじん ねぎ こんにやく	しょうゆ ゆかり	594
25 (水)	ごはん ふりかけ(てつきょうか) こうやどうふのたまごとし ガスてんのあえもの	ごはん じゃがいも あぶら さとう	ぎゅうにゅう こうやどうふ たまご ぶたにく ガスてん	にんじん たまねぎ ほししいたけ さやいんげん もやし こまつな	しお しょうゆ うすくちしょうゆ す ふりかけ (てつきょうか)	558
26 (木)	パン あんずジャム アスパラガスとかぼちゃの こめこクリームに フレンチサラダ	パン あぶら こめこ バター さとう あんずジャム	ぎゅうにゅう とりにく ロースハム	グリーンアスパラガス たまねぎ にんじん マッシュルーム きゅうり キャベツ とうもろこし かぼ ちゃ	しお こしょう とりがらスープ す	585
27 (金)	てつぶんたつぷり ドライカレー こまつなサラダ かくチーズ	むぎごはん あぶら さとう 福山産のアスパラ ガスを使用	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず ロースハム ひじき チーズ ぶたしパー	たまねぎ にんじん トマト とうもろこし しょうが こまつな キャベツ にんにく	しお こしょう カレーこ からし ケチャップ す トンカツソース うすくちしょうゆ	593
30 (月)	ごはん アスパラいりメンチカツ コーンキャベツ みそキムチスープ 北西ブロック	ごはん はるさめ あぶら ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ アスパラいりメンチカツ ちゅうみそ	キャベツ こまつな とうもろこし にんじん しめじ	しお こしょう キムチのもと さけ うすくちしょうゆ とりがらスープ	586