

※食物アレルギー確認用ではありません。アレルゲンは、週間献立表と原材料及びアレルギー表示一覧でご確認ください

日 (曜)	献立名	献立材料名						エネルギー たんぱく質 脂質 カルシウム	
		(赤)主に体をつくるものとなる		(緑)主に体の調子を整えるものとなる		(黄)主にエネルギーのものとなる			
		1群	2群	3群	4群	5群	6群		
		卵・肉・魚・大豆	牛乳・海藻・小魚	緑黄色野菜	淡色野菜・果物・きのこ	穀類・いも類	油脂類		
8	牛乳		牛乳					743	
	ごはん				米			27.5	
(火)	ハッシュドビーフ	牛肉、大豆、大福豆、金時豆		人参、トマト	玉葱、マッシュルーム、にんにく、生姜		油	赤ワイン、ハヤシルウ、デミグラスソース、トマトケチャップ、ウスターーソース	
	フレンチサラダ			人参	キャベツ、きゅうり		フレンチドレッシング	塩、こしょう	
9	牛乳		牛乳					740	
	ごはん				米			31.4	
(水)	豚肉の生姜炒め	豚肉		ピーマン	生姜、キャベツ	砂糖	油	酒、醤油、みりん、チドリップ	
	梅おかか和え	かつお節		ほうれん草、人参	もやし	砂糖		ねり梅、醤油	
	厚揚げの味噌汁	厚揚げ、味噌		葱	大根、玉葱、しめじ			だし汁	
10	牛乳		牛乳					738	
	ごはん				米			28.1	
(木)	中華丼の具	豚肉、蒲鉾		人参、チンゲン菜	キャベツ、もやし、きくらげ、生姜	でん粉	油、ごま油	酒、鶏豚湯、醤油、塩、こしょう	
	ごぼうサラダ	ロースハム		人参	ごぼう、きゅうり、レモン		ノンエッグマヨネーズ	醤油、塩、こしょう	
11	牛乳		牛乳					767	
	ごはん				米			29.3	
(金)	たけのこご飯の具	鶏肉、油揚げ		人参、枝豆	たけのこ	砂糖	油	酒、醤油、みりん、だし汁	
	春キャベツのごま和え	かに風味蒲鉾		ほうれん草	キャベツ	砂糖	ごま、練りごま	醤油	
	沢煮椀	豚肉		人参、葱	ごぼう、もやし、たけのこ、椎茸			だし汁、酒、塩、醤油、こしょう	
14	牛乳		牛乳					761	
	ごはん				米			27.7	
(月)	いわしの生姜煮	いわし			生姜	砂糖、でん粉		醤油、みりん、塩	
	コロコロサラダ			枝豆、人参	とうもろこし	じゃが芋	和風ドレッシング		
	鶏団子汁	鶏肉		人参、葱	玉葱、生姜、ごぼう、椎茸	パン粉、でん粉、砂糖		だし汁、酒、塩、こしょう、醤油	
15	牛乳		牛乳					767	
	ごはん				米			29.3	
(火)	じゃが芋のそぼろ煮	鶏肉、厚揚げ		人参、グリンピース	こんにゃく、玉葱、椎茸	じゃが芋、砂糖	油	酒、醤油、みりん	
	海藻サラダ			わかめ、茎わかめ、昆布、とさかのり、ふのり	キャベツ、きゅうり、とうもろこし		和風ドレッシング	青じそドレッシング	
	手作りふりかけ	かつお節	海苔				ごま	醤油、みりん	
16	牛乳		牛乳					753	
	ごはん				米			26.1	
(水)	あじナゲット	鯵、魚肉すり身			玉葱	でん粉、砂糖、小麦粉	油	塩、醤油	
	磯煮	鶏肉、大豆	ひじき	人参、枝豆	こんにゃく	砂糖	油	酒、醤油、だし汁	
	すまし汁	豆腐	わかめ	葱	玉葱、えのきたけ	麸		だし汁、酒、塩、醤油	
17	牛乳		牛乳					759	
	ごはん				米			30.0	
(木)	鶏肉の照り焼き	鶏肉			にんにく	砂糖		25.6	
	野菜ソテー	ベーコン		人参	キャベツ、玉葱、とうもろこし、にんにく		油	塩、こしょう、醤油、チドリップ	
	小松菜の味噌汁	油揚げ、味噌		小松菜	玉葱	じゃが芋		だし汁	
18	牛乳		牛乳					953	
	ごはん				米			28.3	
(金)	キーマカレー	鶏肉、ガルバンゾ		人参	にんにく、生姜、玉葱、りんご	じゃが芋	油	赤ワイン、カレールウ、デミグラスソース、トマトケチャップ、チャツネ、ウスターソース	
	マカロニサラダ	まぐろ油漬け		人参	きゅうり	マカロニ	ノンエッグマヨネーズ、イタリアンドレッシング	こしょう	
	お祝いデザート					いちごクレープ		282	

【中学校用】

令和7年 4月 給食献立表

唐津市西部学校給食センター

※食物アレルギー確認用ではありません。アレルゲンは、週間献立表と原材料及びアレルギー表示一覧でご確認ください

日 (曜)	献立名	献立材料名						調味料等	エネルギー たんぱく質 脂質 カルシウム		
		(赤)主に体をつくるものとなる		(緑)主に体の調子を整えるものとなる		(黄)主にエネルギーのもとなる					
		1群	2群	3群	4群	5群	6群				
		卵・肉・魚・大豆	牛乳・海藻・小魚	緑黄色野菜	淡色野菜・果物・きのこ	穀類・いも類	油脂類				
21 (月)	牛乳		牛乳						775		
	ごはん					米			28.2		
	ハンバーグのケチャップソース	豚肉、鶏肉		玉葱	でん粉、砂糖	豚脂、油		塩、赤ワイン、デミグラスソース、トマトケチャップ、ウスターーソース、とんかつソース	24.9		
22 (火)	れんこんとひじきのサラダ		ひじき	人参	れんこん、きゅうり、とうもろこし		ごまドレッシング	醤油、こしょう	461		
	野菜スープ	鶏肉		人参、パセリ	玉葱、キャベツ、しめじ、にんにく	じゃが芋	油	ガラスープ、酒、塩、こしょう			
	牛乳		牛乳						729		
23 (水)	ごはん					米			29.7		
	焼肉ソテー	豚肉、味噌		人参、ピーマン	にんにく、生姜、玉葱、キャベツ	砂糖	ごま油	酒、豆板醤、みりん、醤油	19.9		
	わかめスープ	豆腐	わかめ	人参、葱	たけのこ、もやし			ガラスープ、塩、こしょう、醤油	438		
	みかんゼリー					みかんゼリー					
24 (木)	牛乳		牛乳						801		
	ごはん					米			27.3		
	鶏肉の唐揚げ	鶏肉			にんにく	小麦粉、でん粉	油	酒、塩、こしょう	28.7		
25 (金)	スパゲッティソテー			人参、ピーマン	玉葱、マッシュルーム、にんにく	スパゲティ	オリーブ油	トマトケチャップ、ウスターーソース、塩、こしょう	263		
	オニオンスープ	ベーコン		人参、パセリ	玉葱、セロリ、にんにく		油	ガラスープ、コンソメ、塩、こしょう			
	牛乳		牛乳						730		
26 (土)	ごはん					米			30.4		
	焼売	鶏肉、豚肉、大豆粉			玉葱、生姜、にんにく	でん粉、砂糖、小麦粉	豚脂	醤油、塩	21.3		
	ナムル			人参、ほうれん草	もやし、にんにく	砂糖	ごま、ごま油	醤油	599		
	麻婆豆腐	豆腐、豚肉		人参、にら	玉葱、たけのこ、椎茸、生姜、にんにく	でん粉	油	酒、ガラスープ、豆板醤、甜面醤、醤油			
27 (日)	牛乳		牛乳						821		
	ごはん					米			32.3		
	鯖の揚げ煮	鯖			生姜	米粉、でん粉、砂糖	油	酒、塩、醤油、みりん	27.6		
28 (月)	甘酢和え	蒲鉾		人参	キャベツ、きゅうり	砂糖		酢、醤油	276		
	じゃが芋の味噌汁	厚揚げ、味噌		葱	玉葱、しめじ	じゃが芋		だし汁			
29 (火)	牛乳		牛乳						724		
	ごはん					米			26.5		
	ごぼうのメンチカツ	鶏肉	あおさ		ごぼう、玉葱、にんにく、生姜	パン粉、砂糖、米粉	油	醤油、塩、こしょう	23.0		
30 (水)	こんにゃくの炒め物	豚肉		人参、小松菜	こんにゃく、どうもろこし、生姜	砂糖	油、ごま油	酒、醤油	334		
	中華スープ	鶏肉		にら、チンゲン菜	玉葱、たけのこ、きくらげ、にんにく、生姜	パン粉、砂糖、コーンスターチ	豚脂、油、ごま油	ガラスープ、酒、塩、こしょう、醤油、オイスターーソース			
31 (木)	牛乳		牛乳						792		
	ごはん					米			26.9		
	鶏肉のレモンソースかけ	鶏肉			レモン	米粉、でん粉、砂糖	油	酒、塩、こしょう、みりん、醤油	29.4		
	イタリアンサラダ			人参、パプリカ	きゅうり、キャベツ		イタリアンドレッシング		272		
	スープカレー	ウインナー		人参、パセリ	玉葱、マッシュルーム、どうもろこし	じゃが芋		ガラスープ、塩、カレー粉			