

令和6年 10月分 学 校 給 食 献 立 表

佐賀市立兵庫小学校



★ 給食指導目標 感謝してたべよう

日曜	献立からのメッセージ	献立名	食 品 名			調味料	1人分kcal	たんぱく質g
			おもに体をつくる	おもにエネルギーになる	おもに体の調子を整える			
1	豚肉について	ご飯 牛乳 マーボー豆腐 中華風スープ チーズ（除去食：なし）	牛乳 豚肉25木綿豆腐50 赤だしみそ3 鶏肉20 わかめ0.4 チーズ（乳）	ご飯 砂糖 1 ごま油0.2でん粉0.5 ごま油0.2	玉ねぎ30だけのこ10ねぎ2 にんにく0.2しょうが0.2しいたけ0.2 たまねぎ20キャベツ10 にんじん10小松菜5	トウバンジャン しょうゆ 塩 こしょう しょうゆ	604	27.7
2	カルちゃん給食	ミルクパン 牛乳 手作りホワイトソースのクリームシチュー（除去食：スープ煮） サラダ	牛乳 とり肉30 牛乳30 ツナ7	ミルクパン（小麦・乳） じゃがいも40小麦粉4 バター（乳） 和風ドレッシング（小麦）6	玉ねぎ40にんじん10青豆4 マッシュルーム7 キャベツ15きゅうり20	塩 こしょう ブイヨン	594	24.9
3	味噌について	ご飯 牛乳 ホキ天ぷら 味噌汁 野菜のポン酢炒め	牛乳 ホキ天ぷら（小麦） 油揚げ3 豆腐15 味噌 豚肉7 かつおぶし0.2	ご飯 油 さつま芋20 砂糖 サラダ油	たまねぎ20しめじ3にんじん10ねぎ3 もやし15キャベツ20にんじん5 パプリカ2 レモン果汁	 酢 しょうゆ 酒 塩 こしょう	635	22.0
4	正しく箸をしよう	ご飯 牛乳 うま煮 キャベツと油揚げの酢の物	牛乳 とり肉30 油揚げ2	ごはん じゃが芋65 砂糖0.3ごま油0.2	こんにゃく20にんじん8だけのこ5 れんこん5青豆5しいたけ0.2 キャベツ30	しょうゆ 酒 しょうゆ 酢	565	20.7
7	スパゲティについて 6年1組デザートリクエスト	ミルクパン 牛乳 スパゲティナポリタン フルーツポンチ （カクテルゼリー入り）	牛乳 豚肉15ベーコン3（乳卵無し） チーズ（乳）	ミルクパン（小麦・乳） スパゲティ30油砂糖 カクテルゼリー20砂糖	ほうれん草5しめじ3トマト20 玉ねぎ30にんにく0.3にんじん10 黄桃缶20パイナップル缶15みかん缶10	塩こしょう ケチャップ	600	22.4
8	切り干し大根について	ご飯 牛乳 いわしの梅煮 切り干し大根の煮物 さつま芋のみそ汁	牛乳 いわしの梅煮40 油揚げ1 厚揚げ10わかめ0.5みそ9	ごはん 砂糖0.5 さつま芋20	切り干し大根4にんじん10こんにゃく5青豆2 玉ねぎ15にんじん5えのき3ねぎ3	しょうゆ みりん いりこ	617	22.0
9	ちゃんぽんについて 2時間目の休み時間にみかんジュースがあります。	ミニミルクパン 牛乳 和風ちゃんぽん ギョーザ きゅうりの香味漬け	牛乳 豚肉20かまぼこ10 ギョーザ1こ（小麦・豚・大豆・ごま）	ミルクパン（小麦・乳） ちゃんぽん麺（小麦）60 ごま油0.3 砂糖1	キャベツ20玉ねぎ20もやし12にんにく0.2 にんじん5ねぎ3コーン5きくらげ0.2にんにく きゅうり25セロリ1	ガラスープ 塩 しょうゆ 酢 しょうゆ	557	23.2
10	野菜を食べよう	ご飯 牛乳 焼肉 添えの野菜ソテー 春雨汁	牛乳 豚肉45 味噌0.5 ベーコン（乳・卵なし）3	ごはん 油0.4 三温糖0.6 油0.2	玉ねぎ20しょうが0.3にんにく0.3 キャベツ20ほうれん草5 にんじん5もやし20	しょうゆ 酒 みりん 塩 こしょう	566	23.1
11	運動会応援献立	ご飯 牛乳 カツカレー かまぼこサラダ	牛乳 鶏肉5 トンカツ40（小麦） オーシャンキング5	ご飯 じゃが芋30オリーブオイル1 油 野菜ドレッシング （小麦・ホタテ）2	玉ねぎ50にんじん10にんにく0.3トマト缶 キャベツ20きゅうり20コーン5	カレールウ（小麦） チャツネソース 塩 こしょう 赤ワイン	696	23.8
15	南瓜について 知ろう	ご飯 牛乳 南瓜のそぼろ煮 シュウマイ ほうれん草と油揚げの和え物	牛乳 鶏ひき肉20 シュウマイ2こ（小麦） 油揚げ2	ごはん 砂糖1.5 砂糖1	南瓜60玉ねぎ30にんじん20青豆6 キャベツ15ほうれん草10にんじん5	しょうゆ 酒 しょうゆ	605	23.1
16	きゅうりについて 2時間目の休み時間にみかんジュースがあります。	ミルクパン 牛乳 担々麺 きゅうりと大根の香味漬け チーズ（除去食：なし）	牛乳 豚ミンチ30 赤みそ2 チーズ（乳）	ミルクパン（小麦・乳） ちゃんぽん麺（小麦）60 ごま油0.5 砂糖 ごま油0.5 砂糖1	たまねぎ30にんにく0.2チンゲン菜5 もやし35にんじん10だけのこ10 だいこん15きゅうり20セロリ1	しょうゆ 豆板醤 酒 塩 しょうゆ 酢	582	24.0

令和6年 10月分 学 校 給 食 献 立 表							佐賀市立兵庫小学校	
★ 給食指導目標 感謝してたべよう								
日曜	献立からのメッセージ	献 立 名	食 品 名			調味料	1人あたり kcal	たんぱく質 g
			おもに体をつくる	おもにエネルギーになる	おもに体の調子を整える			
17 (木)	コラボ給食『めぐろのさんま』	ご飯 牛乳 さんまおかか煮 油揚げと青菜のみそ汁 れんこんの金平	牛乳 さんまおかか煮 油揚げ2 みそ9	ご飯 じゃがいも20 ごま油0.5ごま砂糖0.5	小松菜10玉ねぎ20にんじん5しめじ5 れんこん25にんじん5	いりこ しょうゆ	655	22.0
18 (金)	きのこについて	ご飯 牛乳 チキンカツ 麩ときこのみそ汁 野菜と沢庵の炒め物	牛乳 とり肉40 みそ9油揚げ1	ご飯 パン粉8小麦粉3揚げ油 ふ1 ごま油	玉ねぎ20にんじん8小松菜5 しめじ3 えのき3 キャベツ20にんじん2たくあん8	一食ソース 塩 こしょう いりこ 酒 しょうゆ	621	22.1
22 (火)	よくかんで食べよう	ご飯 牛乳 ハヤシライス サラダ	牛乳 豚肉40 ハム5（卵乳なし）	ご飯 じゃが芋20 油 和風ドレッシング（小麦）	にんじん10 玉ねぎ50 しめじ8 にんにく0.3 トマト10マッシュルーム5 キャベツ20きゅうり20パプリカ3	ハヤシルウ ケチャップ塩 こしょうデミグラス ソース	612	23.1
23 (水)	お誕生給食	バタートースト 牛乳 ミネストローネ カレーソテー ヨーグルト（除去食：みかんゼリー）	牛乳 鶏肉15 大豆10 豚肉10 ヨーグルト（乳）	食パン バター 砂糖 マカロニ5 じゃが芋20 油	たまねぎ20にんじん10セロリー1 パセリ0.5にんにく0.1トマト缶5 キャベツ25 にんじん10	塩 ケチャップ ガラスープこしょう 塩 こしょう しょうゆ	625	25.1
24 (木)	目に良い食べ物	ご飯 牛乳 みそおでん風煮 和え物	牛乳1本 鶏肉30 厚揚げ20 ちくわ15（卵なし） 米味噌4 油揚げ3	ご飯 じゃがいも30 砂糖 砂糖	こんにゃく20 だいこん35 にんじん10 ほうれんそう15もやし25えのき3	酒 かつおだし しょうゆ しょうゆ 酒	557	24.4
25 (金)	くりにについて	季節のまぜご飯（栗ご飯） 牛乳 春巻き 味噌汁	鶏肉20油揚げ3 牛乳 春巻き（小麦） 味噌9	ごはん 油 砂糖 蒸し栗18 油 油	にんじん5 枝豆5 玉ねぎ20にんじん6 しめじ8 えのき3 ねぎ2	しょうゆ 酒 塩 いりこ	676	21.1
28 (月)	パンについて	ミルクパン 牛乳 肉うどん みかん サラダ（除去食：和風ドレッシングのみ）	牛乳 豚肉30かまぼこ（卵なし）8 ツナ8	ミルクパン（小麦・乳） うどん（小麦）70 砂糖 ナムルドレッシング（小麦・ごま） 和風ドレッシング（小麦）	みかん ねぎ5玉ねぎ30にんじん10ごぼう5 大根20きゅうり20にんじん2	塩酒みりんしょうゆ	531	23.5
29 (火)	まごわやさしい給食 	ご飯 牛乳 煮魚 のっぺ汁 大豆の磯煮	牛乳 鯖 厚揚げ14 ゆで大豆10ひじき2油揚げ5	ご飯 砂糖 さつま芋10 かたくりこ 油 砂糖 1	生姜 大根20にんじん8ごぼう6ねぎ3 しいたけ0.2 しらたき10にんじん10たまねぎ5	しょうゆ みりん かつおぶし しょうゆ 酒 しょうゆ 酒	630	25.0
30 (水)	6年1組リクエスト給食	ココア揚げパン 牛乳 海藻サラダ （除去食：和風ドレッシング） ABCマカロニスープ ぶどうゼリー	牛乳 海藻ミックス0.5 ツナ10 豚肉10	ココア4 砂糖10 油 コッペパン（小麦・乳） ナムルドレッシング（小麦・ごま） 和風ドレッシング（小麦） ABCマカロニ7	キャベツ6 きゅうり22 玉ねぎ20キャベツ20にんじん7 パセリ0.2 にんにく0.2	がらスープ 塩 こしょう しょうゆ	648	22.3
31 (木)	感謝してたべよう	ご飯 牛乳 ハンバーグ 野菜スープ カラフルソテー	牛乳 ハンバーグ（牛・豚・小麦・大豆） 豚肉15 ベーコン（乳卵無し）	ご飯 じゃが芋20 ごま油	キャベツ25玉ねぎ20にんじん10 コーン5 キャベツ20もやし8ピーマン3パプリカ3	ケチャップ ソース ブイヨン 塩 こしょう しょうゆ 酒 しょうゆ	597	21.2

※食材の都合により、メニューを一部変更する場合がございます。その際はご了承ください。現在対応しているアレルギーの食材を変更する場合は、別途対象者へお知らせいたします。