

令和6年 12月分 学 校 給 食 献 立 表

佐賀市立兵庫小学校

★ 給食指導目標

・食べ物と健康について知ろう

日 曜	献立からの メッセージ	献 立 名	食 品 名			調味料	エネルギー 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			
2 (月)	食物せんいについて	ミルクパン 牛乳	牛乳1本	ミルクパン(小麦・乳)			603	23.2
		カレーきつねうどん	豚肉20油揚げ6	うどん(小麦)50 カ レールウ	玉ねぎ20にんじん4 ねぎ4キャベツ20	かつおだしケチャップ ソース適しょうゆ		
		オイスターソース炒め	かまぼこ(卵なし)9	油	キャベツ30コーン4 にんじん3	オイスター ソース 塩 しょうゆ		
3 (火)	正しく箸を使 おう	ご飯 牛乳	牛乳	ごはん	こんにゃく20にんじん8 たまねぎ40	しょうゆ 酒	571	20.2
		うま煮	とり肉30	じゃが芋65	青豆5 ししいたけ0.2			
		野菜と油揚げの和え物	油揚げ2	砂糖	キャベツ25にんじん2	しょうゆ す		
4 (水)	よくかんで 食べよう	セルフチキンカツサンド 牛乳	牛乳	食パン(小麦・乳)		一食ソース	625	27.3
		(チキンカツ・茹で野菜)	鶏むね肉40	小麦粉 パン粉 油	キャベツ25にんじん5	塩 こしょう		
		さつま芋入りポトフ	豚肉10 ベーコン3	さつま芋25	白菜25たまねぎ25しめじ3	塩 こしょう		
					青豆5 にんじん10	白ワインチキン フイヨン		
5 (木)	3つの色を そろえて 食べよう	ご飯 牛乳	牛乳 こんぶ佃煮 (小麦)	ご飯			595	22.3
		八宝菜	豚肉30かまぼこ10	でん粉1 油1	白菜70 玉ねぎ40 にんじん6	オイスタ ー ソース		
		春雨サラダ			たけのこ10しょうが0.2 しいたけ0.2	しょうゆ 酒 こしょう		
		こんぶ佃煮	ハム(乳卵無し)7	春雨5 ごま油0.2	もやし20きゅうり10	酢 しょうゆ		
6 (金)	くうすあじく ん給食> 『まこわやさ しい給食』  うすあじくん	ご飯 牛乳		ご飯 牛乳			600	21.4
		いわしの生姜煮	いわし生姜煮					
		(除去食：なし)	油揚げ1.5みそ9	さつま芋15	玉ねぎ20 にんじん5 ごぼう5 しめじ3	いりこ		
		味噌汁	わかめ0.2		こんにゃく5 ねぎ5			
		野菜のポン酢炒め	豚肉10 かつおぶし0.4	砂糖	もやし10 キャベツ20 にんじん5 レモン果汁	酢 しょうゆ		
9 (月)	くカルちゃん 給食> 6年4組 デザート リクエスト  カルちゃん	ミルクパン 牛乳	牛乳	ミルクパン(小麦・乳)			669	24.0
		手作りホワイトソース の シチュー	とり肉30 牛乳40	じゃが芋20さつま芋20	玉ねぎ40にんじん8青豆3	塩 こしょう		
		(除去食：野菜スープ)		小麦粉4 バター(乳)4		フイヨン		
		野菜サラダ	オーシャンキング (卵なし)7	しそドレッシング(小麦)1.5 和風ドレッシング(小麦)3	キャベツ20きゅうり15 コーン5			
10 (火)	佐賀の食材に ついて	佐賀レンコン入混ぜご飯	とり肉25 牛乳	ご飯 油1砂糖1.5	ごぼう10にんじん5青豆5	塩	614	24.7
		牛乳			れんこん10しいたけ0.1	しょうゆ 酒		
		味噌汁	豆腐15 味噌9		たまねぎ20だいこん20	いりこ		
		ホキ天ぷら(除去食：なし)	ホキ天ぷら(小麦)	油	こまつな5にんじん8えのき5			
11 (水)	箸の持ち方	ミルクパン 牛乳	牛乳	ミルクパン(小麦・乳)			573	24.4
		具うどん  カルちゃん	とり肉25かまぼこ8 油揚4	うどん(小麦)50油0.3	玉ねぎ20にんじん10 ねぎ5しめじ3	しょうゆ かつおだし		
		青豆とチーズのサラダ	クッキングチーズ5	じゃが芋25	きゅうり15コーン5青豆4			
		(除去食：サラダ) 果物		エッグケア(卵なし)8	みかん			

令和6年 12月分 学 校 給 食 献 立 表

佐賀市立兵庫小学校

★ 給食指導目標

・食べ物と健康について知ろう

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			
12 (木)	6年4組 リクエスト給食	ご飯 牛乳	牛乳	ご飯	玉ねぎ50にんじん5 にんにくトマト缶5大根15 ほうれんそう5 れんこん5ブロッコリー5	カレールウ(小麦) チャツネソース	586	21.9
		カレー (冬野菜を入れて)	鶏肉30 	じゃが芋20 オリーブオイル1				
		野菜ソテー	ベーコン(乳・卵なし)	油	キャベツ30 コーン5	塩 こしょう		
13 (金)	かぜを予防する食べ物	ご飯 牛乳	牛乳	ご飯		かつおだし	582	23.2
		おでん煮	とり肉30厚揚げ30 竹輪14	じゃが芋30 砂糖1	大根45にんじん10 こんにゃく15	しょうゆ 酒		
		ほうれん草としめじの和え物	油揚げ3	砂糖0.5	ほうれん草40しめじ5 もやし10にんじん2	しょうゆ		
16 (月)	きな粉について	きな粉トースト	きな粉 牛乳 チーズ(乳)	食パン(小麦・乳) 砂糖 油		塩	541	22.6
		牛乳 チーズ(除去食：なし)	海藻ミックス0.5 ツナ10	和風ドレッシング(小麦) しそドレッシング(小麦)	キャベツ10 きゅうり15	塩		
		海藻サラダ	豚肉10	シェルマカロニ6	玉ねぎ20キャベツ20 にんじん7トマト缶15	がらスープ フィヨン		
17 (火)	魚を食べよう	ご飯 牛乳	牛乳	ご飯			600	23.2
		煮魚(除去食：なし)	鯖40	砂糖	しょうが2	酒 みりん しょうゆ		
		れんこんと茎わかめ炒め物	茎わかめ0.5	砂糖0.7 ごま油0.2	にんじん5 れんこん25	しょうゆ 酒		
18 (水)	正しいはしのもちかた	ミニミルクパン 牛乳	牛乳	ミルクパン小麦・乳)			591	25.3
		和風ちゃんぽん	豚肉20かまぼこ10	ちゃんぽん麺(小麦)60	キャベツ20玉ねぎ20 もやし12 にんにく にんじん5ねぎ3コーン5 きくらげ0.2	ガラスープ 塩 しょうゆ		
		シュウマイ	シュウマイ2こ (小麦・豚・大豆・ごま)	油				
19 (木)	コラボ給食 『なべぶぎょう』	ご飯 牛乳	牛乳1本	ご飯			582	21.6
		白菜鍋	豚肉20豆腐20	マロニー5	白菜40 にんじん10 ねぎ3	かつおだし しょうゆ		
		大根とハムのサラダ	ハム(卵・乳なし)4	エッグケア8	だいこん15きゅうり20コーン5			
20 (金)	冬至について	チキンライス	鶏肉25 牛乳	ごはん 油0.3	玉ねぎ20にんじん5青豆7	塩 こしょう	633	25.6
		牛乳	豚肉20 牛乳40		玉ねぎ40にんじん10かぼちゃ15	ケチャップ		
		かぼちゃシチュー 			かぼちゃピューレ20パセリ0.2	ホワイトルウ 塩 こしょう		
23 (月)	おたんじょう 給食 6年3組リクエスト給食	ミルクパン 牛乳	牛乳	ミルクパン小麦・乳)			605	23.9
		ハンバーグ	ハンバーグ(牛・豚・小麦・大豆)	砂糖		ケチャップ ソース		
		ABCマカロニスープ	豚肉10	じゃが芋20 マカロニ	キャベツ25玉ねぎ20 にんじん10コーン5	フィヨン 塩 こしょう		
		カラフルソテー	ベーコン3	油	ほうれんそう10にんじん5 キャベツ10もやし10	塩 こしょう しょうゆ		
		クリスマスデザート		小さいケーキ				

※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。