

# 令和6年 9月分 学校給食献立表

佐賀市立兵庫小学校



## ★ 給食指導目標

- ・季節の食べ物について知ろう
- ・食事の環境について考えよう

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			
2 (月)	給食のパンについて知ろう	ミルクパン 牛乳 ミートボールいり スパゲティ カラフルソテー	牛乳 ミートボール20 ベーコン3 ハム(乳卵無し)3	ミルクパン(乳・小麦) スパゲティ30(小麦) オリーブ油 油	たまねぎ30 にんじん5 にんにく0.2 トマト15 ほうれん草5 キャベツ20にんじん5こまつな5あおまめ5	ケチャップ 酒 ソース こしょう しょうゆ 塩 塩こしょうしょうゆ	556	22.4
3 (火)	春雨について	ごはん 牛乳 ホイコーロー 中華風春雨スープ	牛乳1本 豚肉40赤みそ3	麦ごはん ごま油0.2砂糖 1 春雨6 ごま油	キャベツ30玉ねぎ15たけのこ8 にんじん5にんにくしょうが 玉ねぎ20小松菜5にんじん8 ねぎ2きくらげ0.1	しょうゆ 酒 がらスープ しょうゆ 塩	549	21.5
4 (水)	衛生に気をつけよう	コッパン 牛乳 ソース焼きそば キラキラフルーツミックス	牛乳 豚肉20 かつおぶし ちくわ(卵なし) 6	コッパン(小麦・乳) スパゲッティ32(小麦) 油1 アセロラジュレ20	もやし15キャベツ35 ねぎ3玉ねぎ20にんじん10 みかん缶10もも缶20パイン缶20	ソース 塩 酒 しょうゆ	584	23.1
5 (木)	6年2組 リクエスト給食	ご飯 牛乳 カレー かいそうサラダ	牛乳 豚肉30	ご飯 油0.4 じゃがいも30 ツナ7 かいそうミックス0.5	玉ねぎ50にんじん10 トマト5 にんにく0.2 キャベツ20きゅうり10にんじん5	アルギン-フリ-カレー ケチャップ チャップ	617	21.4
6 (金)	味噌について 	ごはん 牛乳 いわし梅煮(除去食:なし) 味噌汁 野菜炒め	牛乳1本 いわし梅煮 わかめ0.4油揚げ2味噌9 豚肉7	ごはん 油0.5	玉ねぎ20にんじん5ねぎ1しめじ7 かぼちゃ10 もやし20ほうれん草2015にんじん5	ケチャップ しょうゆ 酒みりん いりこ 塩こしょう	611	24.1
9 (月)	よく噛んで食べよう	黒糖パン 牛乳 カレーきつねうどん オイスターソース炒め	牛乳1本 豚肉20油揚げ6 かまぼこ(卵なし) 5	黒糖パン(小麦・乳) 砂糖 うどん(小麦)50 カレールー 油	玉ねぎ20にんじん10ねぎ4キャベツ20 キャベツ10きゅうり20にんじん5	しょうゆ 酒 オイスターソース 塩 しょうゆ	605	22.8
10 (火)	野菜を食べよう	ごはん 牛乳 ハヤシライス サラダ	牛乳 豚肉40 ハム(乳卵無し)3	ごはん みかんゼリー 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3 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	ハヤシルー ケチャップ 塩 こしょう しそドレッシング	612	22.5
11 (水)	〈せんいくん給食〉 	食パン 牛乳 担々麺 ツナまめサラダ	牛乳 豚肉ひき肉30 赤みそ2 ツナ缶10	食パン(小麦・乳) ちゃんぽん麺(小麦) 砂糖 ごま油1 エッグケア(卵なし)	玉ねぎ30もやし22チンゲン菜5 にんじん10たけのこ缶6きくらげ0.2にんにく0.2 枝豆むきみ10 コーン3 きゅうり5 キャベツ15	がらスープ 塩 しょうゆ こしょう	568	25.8
12 (木)	正しいはしの持ち方	ごはん 牛乳 ハンバーグ 味噌汁 キャベツの炒め物	牛乳 ハンバーグ60 厚揚げ10 わかめ0.4 味噌 ちくわ(卵なし) 6	ごはん 油	たまねぎ20にんじん5ねぎ2大根20こまつな5 ほうれん草6 キャベツ15 コーン3パプリカ2	ソースケチャップ いりこ 塩 こしょう	614	23.1
13 (金)	キムチについて	ごはん 牛乳 じゃがいも豚キムチ かまぼこサラダ 除去食:和風ドレッシングのみで和える	牛乳 豚肉30 かまぼこ7 わかめ0.3	ごはん じゃが芋50砂糖1油0.5 ナムルドレッシング(小麦・こま)3和風ドレッシング1	にんじん10玉ねぎ40ごぼう5しめじ6 白菜キムチ10青豆5こんにやく15 キャベツ20きゅうり10	しょうゆ 酒	559	21.2
16 (月)	敬老の日							

# 令和6年 9月分 学 校 給 食 献 立 表



## ★ 給食指導目標

佐賀市立兵庫小学校

- ・ 季節の食べ物について知ろう
- ・ 食事の環境について考えよう

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			
17 (火)	今日は十五夜です (まごわやさしい献立)	ご飯 牛乳 いわしの甘露煮(除去食:なし) きんぴらごぼう 里芋と小松菜のみそ汁 おつきみゼリー	牛乳 いわしの甘露煮40 油揚げ こんぶ0.2 みそ9	ご飯 おつきみゼリー 三温糖1ごま油1 里芋15	切りごぼう15 にんじん3 つきこんにゃく10 小松菜5たまねぎ20にんじん10 えのきたけ3	かつおぶし 塩しょうゆ かつおぶし しょうゆ	615	20.3
18 (水)	豚肉について	コッペパン 牛乳 スパゲティミートソース シーフードサラダ	牛乳 豚ひき肉30 わかめ0.2かまぼこ(卵なし)5 ツナ6	コッペパン(小麦・乳) スパゲティ 33オリーブ油0.5 しそドレッシング(小麦) 和風ドレッシング(小麦)	トマト缶20にんにく0.2パセリ0.3 玉ねぎ40しめじ3にんじん8 キャベツ15 きゅうり15	ケチャップ 塩 こしょう しょうゆ	641	27.2
19 (木)	野菜を食べよう	ごはん 牛乳 てまきのり 野菜たっぷりピビンバ マロニースープ	牛乳1本 てまきのり 豚肉45 お野菜つみれ(魚すり身)15	ごはん ごま油0.2砂糖1.5 油0.2 マロニー6ごま油0.2	たまねぎ10にんじん5キムチ5にんにくしょうが もやし15キャベツ15あおまめ5 玉ねぎ20ねぎ2にんじん5	す しょうゆ 塩こしょう しょうゆ ガラスープ	594	25.2
20 (金)	えのき茸について知ろう	麦ご飯 牛乳 うま煮 ほうれん草とえのきの和え物	牛乳 とり肉30 ちくわ(卵なし)5	麦ごはん じゃが芋60 砂糖0.5 ごま油0.5 砂糖0.3	こんにゃく20にんじん10れんこん10 ごぼう10青豆5しいたけ0.4 ほうれん草35えのき茸4	しょうゆ 酒 しょうゆ	551	22.6
23 (月)	振替休日							
24 (火)	コラボ給食『おでんざむらい』	ごはん 牛乳 カレーおでん風に 野菜のスタミナ炒め	牛乳 鶏肉20 厚揚げ20 竹輪(卵なし)15 豚肉15	ご飯 じゃがいも30 砂糖 ごま油 砂糖	大根40 にんじん5 青豆5 こんにゃく15 キャベツ20 もやし20 ニラ5 にんにく0.2 にんじん10	カレー粉 みりん かつおぶし しょうゆ 酒 酒 みりん 塩 しょうゆ	587	27.3
25 (水)	おたんじょう給食	ミルクパン 牛乳 さつま芋のシチュー (除去食:スープ煮) パンネのミートソース ゼリー	牛乳 とり肉30 牛乳 豚肉ミンチ10	ミルクパン(小麦・乳) ぶどうゼリー さつま芋35 パンネ(小麦)10油	玉ねぎ40にんじん10しめじ3 マッシュルーム10ほうれん草5 玉ねぎ20青豆2にんじん3にんにく	ホワイトルウ 塩 こしょう ケチャップ	674	28.0
26 (木)	〈鉄っちゃん給食〉 	ごはん 牛乳 そぼろ ほうれん草の炒め物 すまし汁	とりひき肉45 牛乳 ちくわ(卵なし)5 豆腐10 かまぼこ(卵なし)	ごはん 砂糖1 油0.3	青豆5 しょうが1 ほうれん草25にんじん5もやし10 小松菜5玉ねぎ20にんじん8ねぎ1	たまりしょうゆ しょうゆ 塩 こしょう かつおぶし 塩 しょうゆ	543	23.2
27 (金)	みそについて	ご飯 牛乳 白身魚フライ(除去食:なし) 切り干し大根の煮物 みそ汁	牛乳 白身魚フライ(小麦)50 油あげ2 厚揚げ15みそ9	ご飯 油 砂糖 油	切り干し大根4にんじん5しいたけ0.2 こんにゃく5青豆3 南瓜20玉ねぎ20にんじん5 ねぎ3	しょうゆ 酒 みりん いりこ	620	21.9
30 (月)	カルちゃん給食 	コッペパン 牛乳 わかめうどん ツナチーズサラダ (除去食:ツナサラダ)	牛乳 わかめ0.4 鶏肉20 かまぼこ(卵なし)5 ツナ10 チーズ10	コッペパン(小麦・乳) うどん70 エッグケア8	たまねぎ20にんじん5ねぎ3しめじ3 きゅうり20キャベツ10パプリカ2	しょうゆ 酒 みりん	603	25.6

※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。

