

令和7年 6月分 予定給食献立表

★めあて ^{た もの はたら} 食べ物の働きについて知ろう
^{たの} ^{きゅうしょくじ} 楽しい給食時間にしよう

佐賀市立兵庫小学校

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)	食育月間について	ミルクパン りゅうにゅう クリームシチュー (乳→スープ煮) カラフルサラダ 	牛乳1本 とり肉30 牛乳(乳) 40 粉チーズ(乳) 1 ハム5	ミルクパン(乳) 油0.3 じゃがいも40 バター(乳) 4 小麦粉4 野菜いっぱいドレッシング 和風デリシャスドレッシング	玉ねぎ40 にんじん10 コーン5 えだ豆5 しめじ5 キャベツ26 きゅうり16 パプリカ2	ガラスープ塩 ワインこしょう	599	24.7
3 (火)	キムチについて	ごはん りゅうにゅう じゃがいもぶたキムチ バンバンジー (ごま→対応食あり)	牛乳1本 ぶた肉30 とり肉8	ごはん じゃがいも50 さとう1 油0.3 バンバンジードレッシング(ごま)	にんじん10 玉ねぎ40 ごぼう5 しめじ5 えだ豆5 キムチ10 こんにゃく15 キャベツ19 もやし16 きゅうり10 にんじん5	酒しょうゆ 青じそ ドレッシング	556	23.1
4 (水)	歯と口の けんこう週間 について 6年生 修学旅行	ちいさいミルクパン りゅうにゅう やさいたっぷりちゃんぽん ひじきサラダ (ごま: 対応食あり) レモンゼリー	牛乳1本 ぶた肉20 かまぼこ7 ツナ6 ひじき1.5	ミルクパン(乳) ちゅうかめん65 油1 ごまドレッシング(ごま) たまご不使用マヨネーズ レモンゼリー	もやし15 キャベツ20 にんじん8 ねぎ3 玉ねぎ20 きくらげ0.1 キャベツ16 きゅうり12 コーン4	がらスープ塩 しょうゆこしょう	553	21.9
5 (木)	5年生 テーブル マナー教室 1~4年生 バス旅行 6年生 修学旅行	ミルクパン りゅうにゅう ハンバーグ やさいスープ フライドポテト いりどりサラダ オレンジ ガトーショコラ	牛乳1本 ハンバーグ60 牛肉10	ミルクパン(乳) マカロニ4 じゃがいも45 油4 かんきつドレッシング ガトーショコラ	玉ねぎ30 にんじん10 パセリ0.5 キャベツ10 きゅうり20 コーン5 パプリカ2 オレンジ1/4こ	ソース ケチャップ チキンブイヨン しょうゆ塩 こしょう カレー粉	713	27.7
6 (金)	うすあじ 給食 	ごはん りゅうにゅう いわしのしょうがに (魚→対応食なし) おかかいため ぶたじる	牛乳1本 いわしの生姜煮(魚) ちくわ5 かつおぶし0.8 厚あげ16 ぶた肉8 みそ9	ごはん 油0.6 さともい16	もやし9 キャベツ18 にんじん4 ほうれん草9 たまねぎ12 しめじ3 ごぼう6 こんにゃく6 にんじん4 ねぎ2	酒 しょうゆ いりこ	610	22.5
8 (日)	フリー参観デー ^{さんかん} きゅうしょくはありません ^{じかん} 4時間授業のあと下校です							
9 (月)	ふりかえ休日 ^{きゅうじつ}							
10 (火)	たくあんに ついて	キムチとたくあんのチャーハン りゅうにゅう ぎょうざ はるさめスープ	ぶた肉30 牛乳1本 ぎょうざ25 とり肉8	ごはん さとう0.1 ごま油0.4 玉ねぎ12 玉ねぎ10 たくあん5 にんじん5 はるさめ5	キムチ12 玉ねぎ10 たくあん5 にんじん5 玉ねぎ12 にんじん5 たけのこ6 ねぎ3 きくらげ0.2	塩 しょうゆ がらスープ塩 酒しょうゆ	617	22.2
11 (水)	てあらいに ついて	ちいさいミルクパン りゅうにゅう カレーうどん かいそうサラダ フルーツムース(乳→みかんゼリー)	牛乳1本 フルーツムース(乳) ぶた肉20 油あげ4 海そうミックス1 オーシャンキング10	ミルクパン(乳) うどん70 カレール7 油0.3 和風ドレッシング デリシャスドレッシング	玉ねぎ20 キャベツ12 にんじん5 ねぎ2 だいこん15 きゅうり15 コーン5 えだ豆4	ケチャップ塩 酒ソース かつお節	611	23.1
12 (木)	よくかんで 食べよう 	ごはん りゅうにゅう あじフライ (魚→対応食なし) きんぴらごぼう すましじる	牛乳1本 あじフライ(魚) ぶた肉5 かまぼこ5 とうふ20	ごはん 油4 さとう0.5 ごま油0.2 ふ1	ごぼう18 にんじん5 えだ豆4 こんにゃく10 玉ねぎ12 ほうれん草6 えのき5	しょうゆみりん 酒 かつお節 酒 みりん塩しょうゆ	575	22.4
13 (金)	うまに について	ごはん りゅうにゅう うまに ぶたにくとやさいのいためもの	牛乳1本 とり肉30 こうやどうふ2 ぶた肉10	ごはん じゃがいも60 さとう2 油0.5 油0.3 さとう0.8	しいたけ0.2 えだ豆6 玉ねぎ35 こんにゃく18 にんじん10 キャベツ20 たけのこ9 ほうれん草9 にんじん5 しょうが0.2 きくらげ0.2	しょうゆ酒 みりん オイスターソース しょうゆ酒	611	23.6
16 (月)	パンに ついて	はちみつバタートースト りゅうにゅう ミネストローネ キャベツのソテー	牛乳1本 とり肉20 だいず8 ベーコン4	食パン1まい バター7 さとう3 はちみつ3 じゃがいも20 マカロニ4 油0.3	玉ねぎ36 セロリ1.5 パセリ0.5 トマト水煮12 にんにく0.3 キャベツ25 にんじん10	ケチャップ がらスープ しょうゆ塩 こしょう ワイン 塩カレー粉 酒しょうゆ	586	26.3
17 (火)	豆腐について	ごはん りゅうにゅう マーボーどうふ ちゅうかスープ さがみかんゼリー	牛乳1本 ぶた肉25 とうふ50 みそ4 わかめ0.5オーシャンキング6	ごはん さとう0.5 ごま油0.2 でん粉1 みかんゼリー	玉ねぎ30 たけのこ10 にんじん8 ねぎ2 ほししいたけ0.3 にんにく0.3 しょうが0.3 もやし10 玉ねぎ14 チンゲンサイ8 えのき4	しょうゆ酒 みりん豆板醤 がらスープ 塩 しょうゆこしょう	576	21.8

令和7年 6月分 予定給食献立表

★めあて 食べ物の働きについて知ろう
楽しい給食時間にしよう

佐賀市立兵庫小学校

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			
18 (水)	チーズについて 5年生 自然教室	ちいさいミルクパン ギョウにゅう スパゲティナポリタン ツナサラダ チーズ(乳→対応食なし)	牛乳1本 チーズ(乳) ぶた肉20 ベーコン2 ツナ8	ミルクパン(乳) スパゲティ31 さとう0.3 オリーブオイル0.4 イタリアンドレッシング	玉ねぎ30 にんじん5 トマト水煮19 しめじ3 にんにく0.2 ほうれん草6 きゅうり15 キャベツ20 コーン3 パプリカ2	ケチャップ酒 ソース 塩 こしょう	603	26.4
19 (木)	茎わかめについて 5年生自然教室 PTA給食試食会	ごはん ギョウにゅう しろみぎかなのかわりやき (魚→対応食なし) くきわかめののにも とうふのみそしる	牛乳1本 白身魚40 ぶた肉10 大豆1 みそ9 油あげ2 とうふ20	ごはん たまご不使用マヨネーズ10 ごま油0.3 さとう1.2	にんじんピューレ5 コーン5 にんじん5 えだ豆3 こんにゃく10 なす7 玉ねぎ20 えのき4 ねぎ3	塩こしょう ワイン しょうゆ 酒 いりこ	596	25.4
20 (金)	まめについて	ごはん ギョウにゅう ハヤシライス ビーンズサラダ	牛乳1本 ぶた肉40 ツナ10 だいず3	ごはん じゃがいも20 油0.3 ハヤシルウ たまご不使用マヨネーズ きんときまめ3 てぼうまめ3	玉ねぎ55 にんじん10 マッシュルーム4 トマト水煮10 しめじ3 にんにく0.3 キャベツ10 きゅうり15 コーン5	デミグラスソース ケチャップ ワインしょうゆ フイヨン 塩こしょう	658	23.6
23 (月)	バランスよく食べよう	しょくパン ギョウにゅう てりやきチキンパティ キャベツのソテー パンプキンスープ (乳→スープ煮)	牛乳1本 照り焼きチキンパティ ベーコン2 とり肉20 牛乳(乳)40	食パン(乳) 油0.3 油0.3 ホワイトルウ8(乳)	 キャベツ30 ピーマン5 にんじん5 玉ねぎ40 にんじん10 かぼちゃピューレ26 パセリ0.3	 塩こしょう しょうゆ 塩こしょう ワイン	628	26.9
24 (火)	<鉄っちゃん給食> てっちゃん	ごはん ギョウにゅう さんしょくそぼろ ほうれんそうのいためもの すましじる	牛乳1本 とり肉45 ツナ8 とうふ20 かまぼこ6 わかめ0.2	ごはん さとう1油0.5 油0.3 ふ1	えだ豆5 コーン5 しょうが1 ほうれん草25 もやし20 にんじん5 たまねぎ24 えのき5	しょうゆ酒みりん しょうゆ塩 こしょう かつお節 塩しょうゆ	574	26.2
25 (水)	きゅうりに ついて	ちいさいこくとうパン ギョウにゅう やさいちゅうかめん きゅうりのこうみづけ しゅうまい	牛乳1本 ぶた肉20 ちくわ3 油あげ2 かまぼこ5 しゅうまい2こ	こくとうパン(乳) ちゃんぽん麺67 油0.3 ごま油0.2 さとう2 ごま油0.2	にんにく0.2 玉ねぎ20 にんじん8 もやし15 キャベツ20 ねぎ2 きくらげ0.2 きゅうり25 セロリ2	ガラスープ塩 こしょうしょうゆ 酒 中華だし す しょうゆ	588	27.9
26 (木)	ひじきについて てっちゃん	ごはん ギョウにゅう しろみぎかなのてんぷら (魚→対応食なし) ひじきのごもくに こまつなのみそしる	牛乳1本 魚のてんぷら(魚) ぶた肉3 ひじき2 大豆3 厚あげ10 みそ9	ごはん 油4 さとう0.7 油0.2	こんにゃく10 にんじん6 えだ豆5 ごぼう5 玉ねぎ20 こまつな5 きりばしだいこん1.5 えのき5	しょうゆ 酒 みりん いりこ	612	20.6
27 (金)	おたんじょう給食 カルちゃん	むぎごはん ギョウにゅう ありたどりのカレー ハムとやさいのサラダ ヨーグルト(乳→ぶどうゼリー)	牛乳1本 とり肉30 ハム3 ヨーグルト(乳)	麦ごはん じゃがいも30 カレールウ10 油0.5 和風ドレッシング5	トマト水煮4 にんにく0.3 玉ねぎ60 にんじん15 キャベツ30 コーン10 きゅうり10 パプリカ1.5	ケチャップ チャツネワインソース	688	25.2
30 (月)	アスパラガスについて カルちゃん	ちいさいミルクパン ギョウにゅう アスパラとしめじのスパゲッティ フルーツあえ チーズ(乳→対応食なし)	牛乳1本 ぶた肉20 ベーコン2 チーズ1こ(乳)	ミルクパン(乳) スパゲティ31 オリーブオイル0.4 カクテルゼリー20	玉ねぎ30 にんじん5 キャベツ19 コーン5 にんにく0.2 アスパラガス6 しめじ5 みかん缶10 パイン缶20 もも缶20	酒 昆布茶 こしょう しょうゆ 塩	621	24.1

※食材の都合により、メニューを一部変更する場合もございます。その際はご了承ください。現在対応しているアレルゲン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。

♪ オリジナルキャラクターのしょうかい



給食では、成長期に必要な栄養素をとることができるように献立をたてています。
特に、家庭で不足しがちなカルシウム、鉄、しょくもつせいを多くとられるように工夫しています。左のキャラクターが献立表にのっている日は特に強化している日です。