

令和6年度 9月 学校給食 予定献立表							
★給食目標 楽しく食べよう				佐賀市立開成小学校			
日曜 月	献立名	献立よせて	食 品 名			調味料	栄養価
			おもに体をつくる (あか)	おもにエネルギーとなる (きいろ)	おもに体の調子を整える (みどり)		
2月	ミルクパン たんたんめん ツナサラダ <div>みかんジュース</div>	今日から2学期の給食が始まります。暑さに負けずがんばろう！	牛乳	パン			629
			豚ひき肉20 赤みそ4	ちゃんぽん麺55 すりごま2 ねぎこま1	たまねぎ25 チンゲンサイ15 にんじん6	醤油 酒 塩 こしょう	エネルギーたんばく質脂質食塩相当量25g27g2.6g
			ツナ6	油	しょうが0.4 にんにく0.4	豆板醤 鶏豚湯	
					きゅうり20 キャベツ20 えだまめ5	エッグケアマヨネーズ	
3火	ごはん すぶた ビーフンスープ	ビーフンについて	牛乳	ごはん	しょうが0.6 にんじん6 たまねぎ15		646
			豚肉35	でんぷん 油 さとう	だけのこ12 ビーマン4 パプリカ8 ししいたけ1	酢 クチャップ 醤油 酒	エネルギーたんばく質脂質食塩相当量24g23g1.5g
			ベーコン7	ビーフン5 ごま油	もやし15 にんじん6 チンゲン菜10	中華味 塩 こしょう 鶏豚湯 酒 醤油	
4水	ごはん いわしのかばやき うめおかかあえ きのこのみそしる	魚を食べよう	牛乳	ごはん	しょうが0.6	醤油 酒 みりん	639
			いわし40	薄力粉 油 さとう ごま			エネルギーたんばく質脂質食塩相当量27g22g2.1g
			かつお節0.6		キャベツ20 もやし20 にんじん6 ねぎうめ1	醤油 みりん	
			油揚げ6 いりこだし みそ		しめじ6 えのきたけ6 たまねぎ20 ねぎ2 にんじん6		
5木	ミルクパン なすのミートグラタン もちむぎいりスープ	もち麦について	牛乳	パン	なす20 たまねぎ20 トマト缶12 トマトピューレ6	ソース ワイン 塩 こしょう	606
			豚ひき肉15 チーズ12	マカロニ8 油		クチャップ バイヨン	エネルギーたんばく質脂質食塩相当量24g29g2.5g
			ベーコン8 いんげん豆ペースト4	もち麦2 油	しめじ8 にんじん10 大根15	バイヨン 塩 こしょう	
					セロリー4 パセリ0.4 たまねぎ20		
6金	ごはん ヤンニョムチキン さんしょくナムル わかめスープ	韓国料理について	牛乳	ごはん		醤油 酒 コチュジャン	665
			鶏肉40	でんぷん 油 さとう	にんにく0.4 しょうが0.2	クチャップ みりん 塩 こしょう	エネルギーたんばく質脂質食塩相当量24g25g1.7g
				ごま油 ごま	もやし25 にんじん6 小松菜20	ナムルドレッシング	
			わかめ0.4 豆腐20		えのきたけ6 たまねぎ20	中華味 チキンガラスープ こしょう 醤油	
9月	ハニーレモントースト ぶたしゃぶサラダ ウインナーとパンネのスープ	【お誕生日献立】8・9月生まれの誕生日をお祝いしよう	牛乳	パン バター はちみつ	レモン汁		617
				グラニュー糖			エネルギーたんばく質脂質食塩相当量23g29g2.2g
			豚肉15		キャベツ20 もやし10 にんじん5	ごまドレッシング	
			ウインナー8	パンネ8 油	たまねぎ25 セロリー8 しめじ6 パセリ0.4 にんじん6	バイヨン チキンガラスープ 塩 こしょう 醤油 ワイン	
10火	ごはん さばのたつたあげ きりぼしだいこんのごまあえ とりごぼうじる	切干大根の栄養について	牛乳	ごはん	しょうが0.4	醤油 酒	641
			さば40	でんぷん 油			エネルギーたんばく質脂質食塩相当量26g25g1.8g
				ごま	切干大根2 もやし20 にんじん4 きゅうり15	醤油 みりん	
			鶏肉10 豆腐20 かつおだし		ごぼう8 しめじ6 こまつな10 にんじん6	塩 醤油 みりん	
11水	ごはん ハヤシライス フルーツヨーグルト	カルシウムをとろう	牛乳	ごはん	玉ねぎ30 にんじん10 マッシュルーム10	ハヤシルウ デミグラスソース	702
			豚肉30	じゃがいも30 油			エネルギーたんばく質脂質食塩相当量23.5g17.1g1.7g
			ヨーグルト35		グリーンピース6 トマト缶12	ソース クチャップ こしょう 赤ワイン	
					みかん20 もも15 バイナッフル15 ナタデココ10		
12木	ミルクパン なつやさいのトマトスパゲッティ イタリアンサラダ ほしがたゼリー	夏やさいについて	牛乳	パン	たまねぎ30 にんじん6 なす10 スッキーニ8	塩 こしょう バイヨン	600
			ベーコン8 粉チーズ	スパゲッティ35 オリーブ油	しめじ6 パセリ0.4 にんにく0.4 トマト缶10 トマトピューレ10	ワイン クチャップ	エネルギーたんばく質脂質食塩相当量22.2g18.7g2.2g
					キャベツ15 きゅうり15 パプリカ8 えだまめ4 たまねぎ12		
				ほしがたゼリー		イタリアンドレッシング	
13金	ごはん マーボー豆腐 あげじゃがのちゅうかあえ	衛生に気を付けよう	牛乳	ごはん	玉ねぎ30 だけのこ12 ねぎ2 しょうが0.4	甜面醤 豆板醤 醤油	626
			豚肉20 豆腐55 赤みそ8	さとう でんぷん 油	にんにく0.4 ビーマン6	酒 みりん	エネルギーたんばく質脂質食塩相当量23g23g2.3g
				じゃがいも20 油 ごま油 さとう	キャベツ16 きゅうり20 にんじん4	酢 醤油	
							1.7
16月	敬老の日						
17火	ごはん れんこんいりつくねやき きゅうりとたくあんのあえもの しらたまじる おつきみゼリー	【行事食】十五夜について	牛乳	ごはん			651
			鶏ひき肉40 おから8	油 パン粉 さとう	ソテーオニオン15 れんこん10	塩 こしょう 醤油 酒 みりん	エネルギーたんばく質脂質食塩相当量26g17g2.4g
				ごま	たくあん10 きゅうり30 にんじん10	醤油	
			鶏肉10 かまぼこ6 かつおだし	白玉団子25 ゼリー	小松菜10 にんじん6 干しいたけ1	塩 醤油 酒	
18水	ごはん いわしのうめに キャベツとあぶらあげのあえもの さわにわん	和食について	牛乳	ごはん			601
			いわしの梅煮40				エネルギーたんばく質脂質食塩相当量27g19g1.4g
			油揚げ6	さとう	キャベツ20 もやし15 にんじん4	醤油 酢 みりん	
			豚肉10 かつおだし	油	だけのこ10 にんじん6 ねぎ2 ごぼう6 しょうが0.4 もやし20	塩 醤油 みりん 酒	
19木	ミルクパン とんこつやさいラーメン やきぎょうざ ちゅうかふうあえもの	黄色のグループの食べ物について	牛乳	パン	玉ねぎ20 ねぎ2 にんじん6 にんにく0.2		622
			豚肉20 豆腐55 赤みそ8	中華麺40 ごま油	もやし20 ねぎ2 にんじん6 にんにく0.2	鶏豚湯 ガラスープ(ポーク&チキン) 中華味	エネルギーたんばく質脂質食塩相当量26g25g2.4g
			ぎょうざ25		きくらげ0.4	白湯スープ 醤油 こしょう	
			ハム6	ごま さとう ごま油	にんじん3 きゅうり20 キャベツ20	酢 醤油	
20金	チキンライス ほしがたコロッケ オニオンスープ	佐賀の玉ねぎについて	牛乳	ごはん	たまねぎ10 にんじん6 グリンピース5	クチャップ ウスターソース 塩	776
			鶏肉25	油	とうもろこし6 しめじ6 ビーマン8	バイヨン こしょう	エネルギーたんばく質脂質食塩相当量25g24g2.2g
			コロッケ40		ソテーオニオン20 たまねぎ20 にんじん8	バイヨン 塩	
			ベーコン8	油 マカロニ8	パセリ0.4	こしょう	
23月	秋分の日						
24火	ごはん とりにくとやさいのチリソースいため ちゅうかスープ	緑のグループの食べ物について	牛乳	ごはん			657
			鶏肉35	でんぷん 油 さとう	たまねぎ20 なす15 ねぎ2 しょうが0.4	酒 塩 こしょう クチャップ	エネルギーたんばく質脂質食塩相当量21g25g1.8g
				薄力粉	にんにく0.4 えだまめ8	豆板醤 醤油	
			ベーコン6	ばるさめ4 油	たまねぎ25 にんじん6 しめじ8 小松菜12	酢 チキンガラスープ 醤油 中華味 塩 こしょう	
25水	ごはん がんもどきのごもくに いそかあえ	地産地消について	牛乳	ごはん			606
			豚肉25 がんもどき30	しょうが1も30 にんにく20 油 さとう	にんじん8 いんげん8 干しいたけ1 大根20	醤油 みりん 酒	エネルギーたんばく質脂質食塩相当量26g19g1.9g
			かまぼこ4 のり0.5	さとう ごま	キャベツ13 もやし15 きゅうり8 にんじん3	醤油	
26木	しょくパン ツナマヨサラダ スライスチーズ まめまめトマトスープ	サンドイッチをつくって食べよう	牛乳	パン			601
			ツナ6		キャベツ20 きゅうり15 にんじん4	エッグケアマヨネーズ	エネルギーたんばく質脂質食塩相当量25g28g2.7g
			チーズ15		とうもろこし8		
			ベーコン6 ミックスビーンズ10	油 じゃがいも30 さとう	たまねぎ30 にんじん6 パセリ0.6 トマト缶12 トマトピューレ12	バイヨン 塩 こしょう クチャップ	
27金	ごはん とりささみのレモンソースがけ くきわかめとちくわのいためもの とうふのみそしる	赤のグループの食べ物について	牛乳	ごはん			642
			鶏ささみ50	でんぷん 油 さとう	レモン汁2	醤油 酒	エネルギーたんばく質脂質食塩相当量31g21g2.3g
			ちくわ8 茎わかめ0.8	ごま ごま油 さとう	にんじん6 ビーマン10	醤油	
			豆腐20 油揚げ6 みそ いりこだし		たまねぎ20 しめじ6 ねぎ2		
30月	ミルクパン ソースやきそば チーズサラダ	手あらいをしよう	牛乳	パン			593
			豚肉22 かまぼこ6 ちくわ6	中華麺5.5 サラダ油0.6	キャベツ18 もやし17 たまねぎ10	焼きそばソース ウスターソース	エネルギーたんばく質脂質食塩相当量26g20g2.8g
					にんじん4 ビーマン3	醤油 酒 塩 こしょう	
			チーズ6		キャベツ18 きゅうり10 にんじん4 コーン6	和風ドレッシング	

加工食品・調味料等に含まれているアレルギー成分（推奨表示含む27品目）は次のとおりです。

※バイヨン（小麦・大豆・牛肉）中華味（鶏肉・豚肉・牛肉・大豆・ゼラチン）鶏豚湯（豚肉・鶏肉）ガラスープチキン（鶏肉）

※12日…イタリアンドレッシング（大豆・りんご）※25日…がんもどき（大豆）ふりかけ（さけ・大豆・ごま）

※13日…テンメンジャン（小麦・大豆・ごま）※30日…焼きそばソース（小麦・大豆・えび・鶏肉・豚肉・もも・りんご）

※6日…ナムルドレッシング（小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉）※18日…いわしの梅煮（小麦・大豆）

※9日…ごまドレッシング（小麦・大豆・ごま）※19日…白湯スープ（小麦・大豆・乳・牛肉・鶏肉・豚肉・ゼラチン・ごま）餃子（小麦・大豆・ごま・鶏肉・豚肉）

※11日…ハヤシライスルウ（小麦・乳・大豆・鶏肉・豚肉）デミグラスソース（小麦・鶏肉）※20日…星型ポテト（小麦・大豆・豚肉）

《おしらせ》

学校のHPにも献立表をのせています。