

令和6年度 2月 学校給食予定献立表									
★給食目標 感謝して食べよう			佐賀市立開成小学校						
日 曜	献立名	献立によせて	食 品 名			調味料	栄養価		
			おもに体をつくるものとなる (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)				
3 (月)	ピザトースト 牛乳 はくさいとにくだんごのスープ	【誕生日献立】 2月生まれの誕生日をお祝いしよう	牛乳 ツナ8 ベーコン8 チーズ10 肉団子15	パン	たまねぎ10 ピーマン6 コーン5 マッシュルーム4 玉ねぎ20 白菜15 にんじん6 えのきたけ4	ピザソース ケチャップ 塩 醤油 こしょう チキンからスープ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	591 24.9 21.2 2.4	Kcal g g g
4 (火)	ごはん 牛乳 いわしのうめみそに ごまあえ ごじる	【行事食】 節分について	牛乳 いわしの梅味噌煮50 鶏肉10 いりこだし みそ8 いんげん豆ペースト2 大豆8	ごはん ごま 里芋20			エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	610 27.3 18.6 1.5	Kcal g g g
5 (水)	ごはん 牛乳 あつあげとキムチのチーズやき いらともやしのあえもの ワントンスープ	発酵食品について	牛乳 厚揚げ35 豚肉10 チーズ10 ベーコン6	ごはん さとう 油 ごま ごま油 さとう ウェーブワントン4 油	キムチ10 たまねぎ10 ピーマン6 キャベツ6 にら10 もやし30 にんじん6 にんじん5 たまねぎ20 もやし15 チンゲン菜10	醤油 酒 酢 醤油 中華味 鶏豚湯 塩 こしょう 酒 醤油	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	606 23.1 21.2 1.9	Kcal g g g
6 (木)	ミルクパン 牛乳 たんたんめん パンパンジーサラダ	パンパンジーについて	牛乳 豚ひき肉25 赤みそ4 ささみ8	ミルクパン ごま ねりごま	たまねぎ20 チンゲン菜14 もやし20 にんじん8 しょうが04 ねぎ2 にんにく04 きゅうり20 にんじん6 もやし20	豆板醤 酒 醤油 塩 こしょう 棒棒鶏トレッシング	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	643 27.6 20.5 2.6	Kcal g g g
7 (金)	ごはん 牛乳 ぶたにくとじゃがいものいためもの みそしる さかのり	〈のりの日〉 2月6日はのりの日。プレゼントの佐賀のりです。	牛乳 豚肉20 油揚げ6 みそ8 いりこだし のり	ごはん じゃが芋40 ごま ごま油 さとう	ピーマン5 にんじん8 玉ねぎ20 小松菜10 にんじん5 えのきたけ5	醤油 酒 みりん	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	631 30.7 18.3 1.6	Kcal g g g
10 (月)	しょくパン 牛乳 しろみさかなのフライ ドレッシングサラダ コーンクリームスープ	フィッシュ バーガーをつくろう	牛乳 白身魚フライ50 ベーコン6 牛乳20	パン 油 油 さとう じゃがいも40			エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	630 24.3 26.7 2.4	Kcal g g g
11 (火)	けんこくきねんひ 建国記念の日								
12 (水)	ごはん 牛乳 あまダレからあげ ほうれんそうとコーンのサラダ たまごスープ	6の2児童 献立	牛乳 鶏肉50 わかめ0.4 豆腐15 たまご20	ごはん でんぶん 油 さとう ごま でんぶん	しょうが0.2 にんにく0.2 ほうれんそう もやし コーン たまねぎ20 えのきたけ6	醤油 塩 こしょう 酒 ナムルドレッシング チキンガラスープ こしょう 醤油 中華味	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	618 24.1 22.4 1.3	Kcal g g g
13 (木)	コッパパン 牛乳 チリコンカン チーズいりサラダ	チリコンカン について	牛乳 豚ひき肉15 ミックスビーンズ6 ゆで大豆10 チーズ6	パン じゃが芋40 油	トマトホール15 トマトピューレ6 たまねぎ20 にんじん10 にんにく0.2 パセリ0.4 キャベツ15 きゅうり20 にんじん4 とうもろこし5	ソース ケチャップ フィヨン ワイン こしょう チリパウダー 和風ドレッシング	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	640 24.2 30.6 2.2	Kcal g g g
14 (金)	むぎごはん 牛乳 ひきにくとやさいかレー ゆでえだまめ おからいりチョコマフィン	手作りのチョコ マフィンを食べよう	牛乳 豚ひき肉30 おから3 牛乳6	ごはん じゃが芋40 油 さとう 薄力粉5 チョコレート3 バター3	たまねぎ30 にんじん10 しめじ6 えだまめ15	カレールウ ワイン こしょう ソース 塩 ベーキングパウダー ココアパウダー	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	704 23.1 24.4 1.5	Kcal g g g
17 (月)	ミルクパン 牛乳 ナポリタン かいそうサラダ	ナポリタンに ついて	牛乳 ウインナー10 粉チーズ1 ささみ8 海藻ミックス0.4	パン スパゲッティ25 油 ごま	にんにく0.2 トマトピューレ10 ピーマン6 にんじん8 たまねぎ30 マッシュルーム8 キャベツ15 にんじん4 きゅうり15	ケチャップ フィヨン こしょう ソース 和風ドレッシング	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	594 23.6 18.5 2.2	Kcal g g g
18 (火)	ごはん 牛乳 じゃがいものそばろに やさいのいそかあえ	主食について	牛乳 豚ひき肉30 かまぼこ4 のり0.4	ごはん じゃがいも50 にんにく20 油 さとう ごま さとう	たまねぎ30 にんじん10 いんげん8 キャベツ15 きゅうり8 もやし20 にんじん3	醤油 酒 みりん 醤油	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	569 21.3 15.2 1.9	Kcal g g g
19 (水)	ごはん 牛乳 キムタクいため ナムル たまごとかかめのスープ	6の2児童 献立	牛乳 鶏肉15 豚肉 たまご かまぼこ わかめ	ごはん ごま ごま油 すりごま かたくり ごま油	キムチ たくあん ねぎ もやし もやし にんじん にら ねぎ2 にんじん6	醤油 醤油 塩 こしょう 鶏豚湯	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	576 25.2 17.3 2.6	Kcal g g g
20 (木)	しょくパン 牛乳 ハニーマスタードチキン フレンチサラダ ミネストローネ	野菜を食べよう	牛乳 鶏肉50 ベーコン6 レンズ豆6	食パン はちみつ2 じゃがいも30 油 さとう	にんにく0.2 キャベツ20 きゅうり25 にんじん3 たまねぎ30 ゼラリナーち しめじ4 トマト缶12 トマトピューレ12 パセリ0.4 にんじん8	塩 こしょう 粒マスタード 醤油 ワイン フレンチドレッシング ケチャップ フィヨン 塩 こしょう	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	559 26.9 23.0 2.7	Kcal g g g
21 (金)	ごはん 牛乳 さかなのみそマヨやき しそあえ みぞれじる	魚を食べよう	牛乳 白身魚40 みそ 豚肉10 とうふ20 かつおだし	ごはん ごま 油	ソテーオニオン8 キャベツ20 きゅうり15 しそ0.8 にんじん6 にんじん6 大根20 ねぎ2 ごぼう5	エッグウアマヨネーズ パセリ粉 醤油 塩 醤油 酒 みりん	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	602 25.9 21.4 1.5	Kcal g g g
24 (月)	ふりかえきゅうじつ 振替休日								
25 (火)	ごはん 牛乳 まーぼーどうふ あげじゃがのちゅうかあえ	大豆の変身！ どうふ	牛乳 豚肉25 豆腐50 赤みそ 油 じゃがいも20 ごま油 さとう	ごはん さとう でんぶん 油 さとう でんぶん	たまねぎ30 たけのこ10 ねぎ3 しょうが0.4 にんにく0.4 ピーマン6 きゅうり20 にんじん4 キャベツ20	醤油 甜面醤 酒 みりん 酢 醤油	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	619 22.7 22.4 1.7	Kcal g g g
26 (水)	カラフルピラフ 牛乳 ラビオリスープ	正しい手洗いに ついて	牛乳 鶏肉10 あさり6 ベーコン	ごはん バター1 油 ラビオリ15	たまねぎ20 にんじん8 とうもろこし6 マッシュルーム8 パセリ0.6 パプリカ6 ピーマン4 キャベツ20 にんじん8 玉ねぎ20 パセリ0.4 しめじ6	醤油 塩 こしょう フィヨン	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	644 20.6 17.1 1.5	Kcal g g g
27 (木)	しょくパン 牛乳 てりやきチキン ひよこまめのサラダ ABCスープ	給食のパンに ついて	牛乳 てりやきチキンパティ48 ツナ4 ひよこ豆6 ベーコン6	パン 油 ラビオリ15	キャベツ20 きゅうり20 にんじん10 たまねぎ20 パセリ0.4	和風ドレッシング フィヨン 塩 こしょう	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	600 26 23.4 1.9	Kcal g g g
28 (金)	ごはん 牛乳 さばのしおやき きくらげともやしのちゅうかあえ きのこのみそしる	6の1児童 献立	牛乳 さば40 きくらげ とうふ いりこだし みそ	ごはん いりごま さとう ごま油 さつまいも20	もやし にんじん きゅうり 干し椎茸 えのき しめじ 玉ねぎ にんじん ねぎ	酒 酢 醤油	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	575 26.6 17.8 2.2	Kcal g g g

※つこうによりこんだてが変更になる場合があります。

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。

※フィヨン…(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…(豚肉・鶏肉)

※3日…ピザソース(鶏肉) ミートボール(小麦・鶏肉・大豆・豚肉)

※14日…カレールウ(小麦・乳・大豆・鶏肉・豚肉・牛肉・山芋・りんご・バナナ) チョコレート(小麦・大豆)

※4日…いわしの梅味噌煮(小麦・大豆) 節分豆(大豆・小麦)

※17日…和風ドレッシング(小麦・大豆・りんご)

※5日…キムチ(小麦・大豆・りんご・さば) ワントンウェーブ(小麦)

※19日…キムチ(小麦・大豆・りんご・さば)

※6日…棒棒鶏ドレッシング(小麦・大豆・ごま・鶏肉・豚肉・ゼラチン)

※26日…ラビオリ(小麦・鶏肉・豚肉・大豆)

※10日…白身魚フライ(小麦・大豆) ソース(大豆・りんご) ホワイトルウ(小麦・乳・大豆・豚肉)

※27日…照り焼きチキンパティ(小麦・鶏肉・大豆・りんご) 和風ドレッシング(小麦・大豆・りんご)

※13日…和風ドレッシング(小麦・大豆・りんご)

《おしらせ》

学校のHPにも献立表をのせています。