



令和6年度 4月給食予定献立表

★給食目標 楽しく食べよう
★栄養目標 給食をしよう



佐賀市立春日北小学校

日・曜	献立名	牛乳	食品名			調味料	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	アレルギー 対応
			血や肉になる (赤)	熱や力のもとになる (黄)	体の調子を整える (緑)			
8月	始業式							
9月	麦ごはん		精白米, 押麦, 強化米				645 kcal	
	チキンカレー	○	鶏肉ムネ, 大豆	じゃがいも, 油	玉葱, 人参, グリンピース, にんにく, しょうが, トマト缶, りんごピューレ	赤ワイン, チャツネ, カレールー, ディナーカレー, ウスターソース	22.4 g	
	キラキラフルーツ			アセロラジュレ	りんご, パイン缶, もも缶, みかん缶		15.8 g	パイン缶
10月	たけのこごはん		精白米, 押麦, 強化米, 砂糖, 油		たけのこ, 人参, 枝豆	濃口, 淡口, みりん, 酒, 塩	600 kcal	あじ(魚)
	あじフライ	○		あげ油			26.5 g	
	昆布和え		塩昆布	ごま油	キャベツ, きゅうり, 人参, コーン		20.2 g	
	新たまねぎの味噌汁		みそ	おわら麩	玉葱, 人参, えのき, 葉ねぎ	煮干し(だし)	2.3 g	
11月	ミルクパン		ミルクパン				690 kcal	
	トマトのクリームスパゲッティ	○	鶏むね, ホワイトベース, 牛乳, スキムミルク	スパゲティ, 砂糖, 油	玉葱, 人参, マッシュルーム, ほうれん草, トマトピューレ, 白いんげん	塩, コンソメ, 塩, こしょう	27.6 g	ホワイトベース, 牛乳, スキムミルク
	おからサラダ		おから, ハム, いらたまご	マヨネーズ(卵不使用)	きゅうり, 人参	淡口, みりん, こしょう	23.7 g	卵
12月	ごはん		精白米, 強化米				603 kcal	
	中華丼の具	○	豚肉, えび, いか, 絹厚あげ	油, 片栗粉, ごま油	しょうが, 白菜, 玉葱, 小松菜, 人参, きくらげ, たけのこ	濃口, 淡口, がらスープ, 塩, こしょう, 中華味	27.6 g	えび, いか
	ほうれん草のナムル			ごま, 砂糖, ごま油	もやし, ほうれん草, 人参, にんにく	濃口, 中華味, みりん, 酢, トウバンジャン	16.6 g	
	果物(オレンジ)				オレンジ		1.7 g	
15月	ごはん		精白米, 強化米				686 kcal	
	ザンギ	○	鶏むね, 豆乳	片栗粉, 小麦粉, あげ油, 砂糖	しょうが, にんにく	濃口, 酒, みりん	27.2 g	
	春キャベツのごま和え		ちくわ	ごま, ねりごま, 砂糖	キャベツ, きゅうり, 人参, コーン	塩, 濃口, みりん	25.3 g	ちくわ(卵・魚), ねりごま
	わかめと豆腐のすまし汁		わかめ, 豆腐		玉葱, 人参, えのき, 葉ねぎ	塩, 淡口, かつお節・昆布(だし)	1.8 g	
16月	ごはん/味付けのり		味付けのり	精白米, 強化米			628 kcal	
	わかめうどん	○	鶏肉ムネ, かまぼこ, わかめ	うどん, 油	玉葱, 人参, ごぼう, 葉ねぎ, 干し椎茸	煮干し(だし), 酒, 淡口, 塩	25.0 g	かまぼこ(卵・魚)
	厚焼卵		厚焼卵				15.0 g	厚焼卵
	ツナと白菜のおかか和え		ツナ, かつお節		白菜, ほうれん草, 人参, コーン	濃口, みりん, 淡口	1.4 g	
17月	ごはん		精白米, 強化米				630 kcal	
	ごまみそバター鍋	○	豚肉, 絹厚あげ, 米みそ	油, ごま, バター	にんにく, 白菜, 大根, 玉葱, 人参, しめじ, えのき, コーン	酒, 中華味, がらスープ, 塩(だしパック)	24.8 g	バター
	ごぼうの春雨サラダ		鶏ささみ	砂糖, はるさめ, マヨネーズ(卵不使用), ねりごま, ごま	きゅうり, 人参, ごぼう	酒, 濃口, 酢	20.1 g	ねりごま
	ふりかけ		ふりかけ (ひじきぱっぱ)				1.7 g	
18月	ガーリックトースト		食パン, バター, オリーブ油		にんにく, パセリ		618 kcal	バター
	豚肉と野菜のソテー	○	豚肉	オリーブ油, 片栗粉	にんにく, キャベツ, 青ピーマン, 黄ピーマン, 人参	コンソメ, 塩, こしょう	25.6 g	
	ミネストローネ		鶏むね, ミックスビーンズ	油, マカロニ(シェル), 砂糖	キャベツ, 玉葱, 人参, パセリ, にんにく, トマト缶	トマトソース, 白ワイン, コンソメ, 塩, こしょう, ローレル	27.6 g	
	ミルク(ココア)		ミルク(ココア)				1.7 g	
19月	麦ごはん		精白米, 押麦, 強化米				639 kcal	
	ハヤシライス	○	豚肉, 大豆	油	玉葱, かぼちゃ, 人参, しめじ, グリンピース, マッシュルーム, トマトピューレ, にんにく	ディナーハヤシルー, ハヤシルーソース, デミグラスソース, ウスター, コンソメ, 赤ワイン	22.1 g	
	かにかまサラダ		かにかま		キャベツ, きゅうり, 人参, コーン	塩, 青じそドレッシング	17.5 g	かにかま(卵・魚)
	お祝いゼリー		お祝いゼリー				2.0 g	
22月	ごはん		精白米, 強化米				602 kcal	ジョア
	手作りハンバーグ	○	豚ひき肉, 牛ミンチ, 豆乳	パン粉, 砂糖	玉葱, 玉葱, にんにく	塩, こしょう, 黒こしょう, ナツメグ, デミグラス, ケチャップ, ウスター, 赤ワイン	26.5 g	
	ひじきと卵のサラダ		干ひじき, 卵	砂糖, 油, ごま, 和風ドレッシング	にんにく, もやし, 人参, きゅうり, コーン	濃口	13.4 g	卵
	沢煮椀		豚肉	油	大根, 玉葱, 人参, ごぼう, えのき, 干し椎茸, 葉ねぎ	淡口, 塩, 酒, かつお節・昆布(だし)	1.8 g	
23月	ごはん		精白米, 強化米				626 kcal	
	いわし甘露煮	○	いわし甘露煮				24.7 g	いわし(魚)
	筍と蓮根のきんぴら		ちくわ	ごま, 砂糖, ごま油	たけのこ, れんこん, 人参, いんげん, こんにゃく	濃口, 酒, みりん	20.2 g	ちくわ(卵・魚)
	かきたま汁		卵, 大豆の華, わかめ	片栗粉	玉葱, 人参, えのき, 葉ねぎ	淡口, 濃口, 酒, 塩, かつお節・昆布(だし)	2.1 g	卵
24月	チキンライス	○	鶏肉ムネ	精白米, 押麦, 強化米, 砂糖, 油	玉葱, 人参, コーン, 青ピーマン, にんにく	酒, ケチャップ, コンソメ, 濃口, 塩, こしょう	649 kcal	
	オムレツ		オムレツ(トマトミート)				25.2 g	オムレツ(卵)
	ラビオリスープ		ラビオリ, ベーコン	油	玉葱, キャベツ, 人参, ほうれん草, しめじ	コンソメ, 淡口, 塩, こしょう, 白ワイン	20.8 g	
	アセロラゼリー		アセロラゼリー				2.4 g	
25月	黒糖パン		黒糖パン				603 kcal	
	マカロニグラタン	○	鶏肉ムネ, ホワイトベース, 牛乳, チーズ	マカロニ, 油	玉葱, 人参, しめじ	白ワイン, 塩, こしょう	27.5 g	ホワイトベース, 牛乳, チーズ
	枝豆				枝豆	塩	21.0 g	
	レタスとトマトのスープ		ベーコン	油	トマト, 人参, 玉葱, レタス, パセリ	コンソメ, 塩, こしょう, 白ワイン	2.0 g	
歓迎遠足								
30月	ごはん		精白米, 強化米				601 kcal	
	とんこつ野菜ラーメン	○	豚肉, 米みそ	ちゃんぽん, ごま, 油	キャベツ, ねぎ, 人参, 干し椎茸, しょうが, にんにく	白湯スープ, 鶏豚湯, がらスープ, 酒, 中華味, 塩, こしょう	22.7 g	白湯スープ(乳)
	切干大根の和風サラダ		かにかま	油, ごま, 和風ドレッシング	切干大根, きゅうり, 人参, コーン	淡口, みりん	15.4 g	かにかま(卵・魚)
	ふりかけ		ふりかけ				2.1 g	ふりかけ(卵)

※マヨネーズおよびドレッシング類は、卵・乳不使用の製品です(但し、一食マヨネーズを除く)。アレルギー対応については、本学で除去している食品のみ記載しております。【アレルギー対応】
 ※ごはん・パン(小麦粉の1/2量)・うどん類・小麦粉・牛乳・卵・大豆・豆腐・海苔・みそ・しょうゆは、佐賀県産です。また、その他の食品も可能な限り国産を使用しています。【産地産消】