



# 令和7年度 4月給食予定献立表

★給食目標  
★栄養目標

楽しく食べよう  
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)			
7月	始業式							
8月	3時間授業(給食なし)							
9月 水	麦ごはん			精白米, 押麦, 強化米			644 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	ハヤシルー, デミグラスソース, ウスターソース, コンソメ, 赤ワイン	21.2 g	
	キラキラフルーツ			アセロラジュレ	バナナ, パイン缶, もも缶, みかん缶		16.5 g	バナナ, パイン缶
10月 木	ミルクパン			ミルクパン			709 kcal	ミルクパン(乳)
	トマトのクリームパスタ	○	鶏肉, 牛乳, スキムミルク	スパゲティ, 小麦粉, バター, 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, 白いんげんペースト	塩, コンソメ, 塩, こしょう	27.4 g	牛乳, バター, スキムミルク
	おからサラダ		おから, ハム, 卵	マヨネーズ(卵不使用)	きゅうり, 人参	淡口, みりん, フレンドレッシング, こしょう	24.1 g	卵
	ミルクメーク		ミルクメーク(コーヒー) ※飲用乳中止にはつきません				1.9 g	ミルクメーク
11月 金	ごはん			精白米, 強化米			608 kcal	
	カレー肉じゃが	○	豚肉	油, じゃがいも, 砂糖	玉葱, 人参, いんげん, こんにゃく, 干し椎茸	濃口, みりん, 酒, 塩, カレー粉	22.8 g	
	春雨の酢の物		ハム, 卵	はるさめ, ごま, 砂糖	きゅうり, もやし, 人参	淡口, 酢	14.1 g	卵
	ふりかけ		ふりかけ(さけぱっば)				2.1 g	
14月 月	ごはん			精白米, 強化米			636 kcal	
	手作りハンバーグ	○	豚ひき肉, 牛ミンチ, 牛乳	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, デミグラスソース, ケチャップ, ウスターソース, 赤ワイン	26.4 g	牛乳(つなぎ)
	そえ野菜		鶏肉	じゃがいも, 油	玉葱, 人参, パセリ	コンソメ, 塩, こしょう, 白ワイン	19.8 g	
15月 火	ごはん			精白米, 強化米			620 kcal	
	わかめうどん	○	鶏肉, 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	23.5 g	かまぼこ(魚)
	厚焼卵		厚焼卵				14.9 g	厚焼卵(卵)
	昆布和え		塩昆布	ごま油	キャベツ, きゅうり, 人参, コーン		1.6 g	
16月 水	ごはん			精白米, 強化米			601 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, キャベツ, 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	27.1 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	
17月 木	ココア揚げパン			ココアパン, ローヤルココアパウダー, 砂糖, あげ油			611 kcal	
	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, 赤ピーマン, 人参	コンソメ, 塩, こしょう	26.0 g	
	ミネストローネ		鶏肉, 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	23.9 g	
18月 金	麦ごはん			精白米, 押麦, 強化米			646 kcal	
	チキンカレー	○	鶏肉, 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, カレールウ, ウスターソース	23.5 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	16.8 g	かにかま(魚)
	お祝いデザート		お祝いデザート				1.9 g	
21月 月	ごはん		ジョア(プレーン)	精白米, 強化米			639 kcal	ジョア(乳)
	ザンギ	○	鶏肉, 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	25.0 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	17.8 g	ちくわ(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)	1.7 g	
22月 火	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	23.2 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	15.1 g	かにかま(魚)
23月 水	ふりかけ		ふりかけ(旅行の友)				2.2 g	ふりかけ(卵, 乳)
	チキンライス	○	鶏肉	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	
24月 木	鉄分ヨーグルト		ヨーグルト				2.5 g	ヨーグルト
	黒糖パン		黒糖パン				662 kcal	
	マカロニグラタン	○	鶏肉, 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	25.6 g	ホワイトベース, 牛乳, チーズ
	コーンのバター炒め		ベーコン	バター	スイートコーン	濃口, こしょう	24.5 g	バター(乳)
	レタスとトマトのスープ		ウィンナー	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	2.2 g	トマト(生)
25月 金	さつまいもチップス		さつまいもチップス					
	ごはん			精白米, 強化米			614 kcal	
	いわし生姜煮	○	いわしの生姜煮				22.6 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	19.8 g	ちくわ(魚)
28月 火	豚汁		豚肉, 豆腐, 油揚げ, みそ	油	大根, 玉葱, こんにゃく, ごぼう, 人参, しめじ, ねぎ	煮干し(だし), 酒	1.6 g	
	歓迎遠足							
	昭和の日							
30月 水	ごはん			精白米, 強化米			601 kcal	
	親子丼の具	○	鶏肉, 卵	油, おわら麩, 砂糖, 片栗粉	玉葱, 人参, しめじ, 葉ねぎ, 干し椎茸	酒, 淡口, 塩, かつお節(だし)	27.2 g	卵
	まごわやさしいサラダ		ミックスビーンズ, ツナ, わかめ	さつまいも, ごま	キャベツ, きゅうり, 人参, 生しいたけ, コーン	塩, ごまドレッシング	15.9 g	ツナ(魚), ごまドレッシング
							1.6 g	

※本学で使用している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。ただし、一食マヨネーズについては、卵使用の製品となっております。【アレルギー対応】

※ごはん・パン・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。【地産地消】

※本学では、主に、発色剤(亜硝酸Naなど)は不使用の食肉加工品(ハム・ベーコンなど)を使用しています。(一般に流通している発色剤添加の食肉加工品も安全性は確認されています。)

※表記の栄養価は基準値(4年生)です。これに、0.7倍(1年生)、0.8倍(2年生)、0.9倍(3年生)、1倍(4年生)、1.1倍(5年生)、1.2倍(6年生)で各学年の栄養価となります。

※使用する食材や献立の内容は、食材の流通状況により変更となる場合があります。