

# 令和3年度 1月 学校給食予定献立表 佐賀市立川上小学校



11日(火)：始業式 12(水)：給食開始 24(月)～30(日)：全国学校給食週間

日・曜	献立名	献立の材料 ※食材の入荷状況で献立が変更になる場合もあります。ご了承ください。				エネルギー (kcal) たん白質 (g)	アレルギー表示 7品目ほか (小麦・卵・乳・そば) 落花生・えび・かに)
		主に体を 作るものになる (赤)	主にエネルギーの もとになる (黄)	主に体の調子を整える ものになる (緑)	調味料		
10月	● 成人の日 ●						
11月	3学期の始業式						
12月	ごはん ぶりの照り焼き 紅白なます お雑煮	牛乳 ぶり照り焼き かつお節 かまぼこ、鶏もも肉	ごはん、強化米 上白糖、すりごま 紅白もち	大根、人参 白菜、人参、高菜、干し椎茸	酢、塩 淡口、酒、みりん、塩、かつお節、昆布(だし)	666 25.8	牛乳 ぶり照り焼き(小麦)
13日	きなこ揚げパン マカロニサラダ 肉だんごのスープ	牛乳、きな粉 ハム 肉団子(卵乳不使用)	コッペパン、三温糖、あげ油 マカロニ、マヨネーズ(卵不使用) サラダ油	キャベツ、きゅうり、人参 白菜、人参、玉ねぎ	塩 塩、淡口しょうゆ、こしょう がらスープ、酒、アミノ酸、塩、こしょう	673 22.8	コッペパン(乳、小麦)、牛乳 マカロニ(小麦) 肉団子(小麦)
14日	ごはん、ふりかけ 親子うどん おからサラダ	牛乳 卵、鶏肉、かまぼこ 大豆の華 おから	ごはん、強化米、ひじきふりかけ(卵不使用) うどん、サラダ油、かたくり粉 マヨネーズ(卵不使用)	玉ねぎ、人参、葉ねぎ 枝豆、きゅうり、コーン	煮干し(だし)、淡口しょうゆ 酒、塩、濃口しょうゆ 淡口、みりん、塩	682 23.1	牛乳 卵 うどん(小麦)
17日	ごはん さばの利久焼き れんこんのきんぴら かきたま汁	牛乳 さば 豚肉 卵	いりごま いりごま、ごま油、三温糖 かたくり粉	れんこん、人参、こんにゃく 玉ねぎ、人参、えのき、葉ねぎ	酒、みりん 濃口しょうゆ、酒、みりん、塩 かつお節(だし用)、だし昆布、淡口しょうゆ、酒	650 26.7	牛乳 卵
18日	ミルクパン かぼちゃのサラダ 白菜のクリーム煮 チョコクリーム	ジョア まぐろツナ ベーコン、白いんげんビューレ スキムミルク、牛乳	ミルクパン マヨネーズ(卵不使用) ホワイトソース、サラダ油 チョコクリーム(乳不使用)	かぼちゃ、人参、きゅうり、コーン 白菜、人参、玉ねぎ、枝豆	塩、こしょう がらスープ、アミノ酸、塩、こしょう 白ワイン	601 19.6	ミルクパン(卵、乳、小麦) ホワイトソース(小麦、乳) スキムミルク(乳) ジョア(乳)、牛乳
19日	高菜ごはん 野菜コロッケ 即席漬け みそ汁	牛乳/しらす干し しそ昆布 厚揚げ、みそ	ごはん、強化米、いりごま、ごま油 野菜コロッケ(卵、乳不使用)、揚げ油	高菜漬け 白菜、人参 大根、玉ねぎ、人参、小松菜	かつお節(だし用)、だし昆布 みりん	619 17.0	牛乳 コロッケ(小麦)
20日	黒糖パン/クレープ れんこんとチーズのホクホク焼き ミネストローネ	牛乳 ベーコン、チーズ 豚肉 大豆、白いんげん豆	黒糖パン、いちごルー(小麦卵乳不使用) サラダ油 じゃが芋、マカロニ(シェル) サラダ油	れんこん、玉ねぎ キャベツ、玉ねぎ、人参 カットトマト	白ワイン、塩、こしょう トマトソース、ケチャップ、赤ワイン、淡口 がらスープ、アミノ酸、塩、こしょう	704 25.7	牛乳 黒糖パン(小麦、乳) チーズ(乳) マカロニ(小麦)
21日	麦ごはん 根菜カレー ハムと大根のマリネ	牛乳 豚肉 ハム	麦ごはん、強化米 さつまいも、サラダ油 カレールー 上白糖、サラダ油	れんこん、玉ねぎ、人参、にんにく 枝豆 きゅうり、大根、人参	チャツネ、赤ワイン、ブイヨン トマトピューレ、りんごピューレ 酢、塩、こしょう、淡口しょうゆ	697 20.6	牛乳 カレールー(小麦)
24日	ごはん/焼きのり 鮭の塩焼き たくあん みそ汁	牛乳、焼きのり 鮭 みそ	ごはん、強化米 さつまいも	たくあん漬け 玉ねぎ、人参、小松菜、葉ねぎ、しめじ	酒、塩 煮干し(だし用)みりん	566 25.6	牛乳
25日	食パン/いちごジャム クリームシチュー キャベツのサラダ	牛乳 鶏肉、大豆、牛乳、スキムミルク 白いんげんビューレ	食パン、いちごジャム じゃが芋、薄力粉、バター	ほうれん草、玉ねぎ、人参 クリームコーン キャベツ、人参、きゅうり	がらスープ、アミノ酸、塩、こしょう 白ワイン フレンチドレッシング	596 21.7	牛乳、食パン(小麦、乳) スキムミルク(乳)、牛乳 薄力粉(小麦)、バター(乳)
26日	ごはん/みかん 煮じゃあ かけあえ	牛乳 鶏もも肉、あさり いか、米みそ	ごはん、強化米 さといも、三温糖、サラダ油 上白糖、すりごま	みかん 人参、たけのこ、ごぼう、れんこん 干し椎茸、こんにゃく、さやいんげん 大根、きゅうり	濃口しょうゆ、淡口しょうゆ 酒、みりん、かつお節(だし用) 酢、塩、酒	637 21.2	牛乳
27日	ミルクパン/ミルク スパゲティ・ミートソース ツナサラダ	牛乳 牛ひき肉、豚ひき肉 大豆の華 まぐろツナ	ミルクパン、ミルク スパゲティ、オリーブ油 ハヤシルウ マヨネーズ(卵不使用)	玉ねぎ、人参、にんにく、グリーンピース カットトマト キャベツ、きゅうり、人参	アミノ酸、塩、こしょう、赤ワイン ウスターソース、濃口しょうゆ セメセパレモン、塩、こしょう	655 23.4	牛乳 ミルクパン(小麦、乳) ハヤシルウ(小麦)
28日	ごはん とんかつ りっちゃん(小)のサラダ すまし汁	牛乳 コースとんかつ(卵乳不使用) ハム、かつお節、塩昆布 とうふ	ごはん、強化米 揚げ油 上白糖、サラダ油 ふ	キャベツ、きゅうり コーン、人参 玉ねぎ、人参、小松菜、葉ねぎ、干椎茸	ケチャップ、ソース 淡口しょうゆ、酢、濃口しょうゆ かつお節(だし用)、だし昆布、淡口しょうゆ、酒、塩	613 20.8	牛乳 とんかつ(小麦)
31日	ごはん マーミナーチャンプル 沖縄もずく汁 黒糖ビーンズ	牛乳 豚肉、ベーコンとうふ、かつお節 もずく、ちくわ 黒糖ビーンズ	ごはん、強化米 ごま油 黒糖ビーンズ	もやし、人参、にら 玉ねぎ、人参、小松菜、小ねぎ	ウスターソース、塩、こしょう かつお節(だし用)、だし昆布 淡口しょうゆ、酒、塩	574 21.8	牛乳 ちくわ(卵)

※アレルギー表示については、表示義務のある7品目ほかを記入しています。また、醤油(ドレッシング類を含む)・穀物酢の小麦の表示はしていません。

※本学で使用しているベーコン・ハム・ウインナー、かまぼこ、マヨネーズ・ドレッシング(ごま・フレンチ・コールスロー等)は、卵・乳不使用の製品です。

ご不明な点は栄養職員までおたずねください。