

令和5年度 6月 学校給食予定献立表 佐賀市立川上小学校

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 (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 もとになる・(緑)	調味料		
1 木	ココアあげパン レモン和え 肉団子のスープ	牛乳 肉団子(卵乳不使用)	コッペパン,ココア,揚げ油,上白糖 上白糖	キャベツ,きゅうり,人参 玉ねぎ,人参,コーン,小松菜	598 20.0	牛乳 コッペパン(小麦,乳) 肉団子(小麦)	
2 金	ごはん セルフ豚丼(焼肉) そえ野菜 みそ汁	牛乳 豚肉	ごはん,強化米 サラダ油,三温糖,すりごま	玉ねぎ,ごぼう キャベツ,人参	557 21.2	牛乳	
5 月	かりかり梅ごはん わかめうどん かみかみサラダ	牛乳 鶏肉,かまぼこ,わかめ	ごはん,強化米,いりごま うどん麺,三温糖	枝豆,かりかり梅 玉ねぎ,人参,葉ねぎ,チンゲン菜 干椎茸	572 22.4	牛乳 うどん麺(小麦)	
6 火	ごはん 鮭のタルタルソース焼き たくあん和え みそ汁	牛乳 鮭	ごはん,強化米 タルタルソース 上白糖,すりごま	ソテーオニオン キャベツ,きゅうり,人参,たくあん漬 玉ねぎ,人参,小松菜,えのき,葉ねぎ	606 24.4	牛乳 タルタルソース(卵)	
7 水	ごはん とんかつ 酢みそ和え もずく汁	牛乳 コースとんかつ(卵,乳不使用) 米みそ もずく,かまぼこ	ごはん,強化米 揚げ油 上白糖	キャベツ,きゅうり,人参 玉ねぎ,人参,小ねぎ	610 20.8	牛乳 とんかつ(小麦)	
8 木	食パン,ムース ポテトツナサラダ ミネストローネ	牛乳 まぐろツナ,チーズ 豚肉,大豆	食パン,ムース(卵不使用) じゃがいも,マヨネーズ,上白糖	きゅうり,人参,コーン 玉ねぎ,人参,キャベツ,カットトマト	636 21.6	食パン(小麦,乳) 牛乳,チーズ(乳) ムース(乳) マカロニ(小麦)	
9 金	麦ごはん ビーフカレー フルーツ和え	牛乳 牛肉	麦ごはん,強化米 じゃがいも,サラダ油 カレールウ	玉ねぎ,人参,枝豆,にんにく 黄桃缶,みかん缶,パイン缶,バナナ	697 19.9	牛乳 カレールウ(小麦)	
11 日	授業参観 ・ おにぎりの日 (家からおにぎりをもってきましょう)						
12 月	11日(日)の代休						
13 火	ごはん さばの利休焼き 梅肉和え みそ汁	牛乳 さば	ごはん,強化米 いりごま	キャベツ,人参,きゅうり,ねり梅 玉ねぎ,人参,えのき,葉ねぎ	568 23.2	牛乳	
14 水	ごはん,アセロラゼリー 鶏肉のごまがらめ とびうおのつみれスープ	牛乳 鶏肉,大豆,高野豆腐	ごはん,強化米,アセロラゼリー かたくり粉,いりごま,揚げ油 三温糖,ごま油	玉ねぎ,人参,にんにく,しょうが 小松菜	669 25.5	牛乳	
15 木	ミルクパン,ミルメーク あさりのクリームスパゲティ カリカリサラダ	牛乳 ベーコン,あさり,スキムミルク 白いんげんビュレ,牛乳 いり大豆	ミルクパン,ミルメーク スパゲティ,ホワイトソース オリーブ油 マヨネーズ	玉ねぎ,人参,ほうれん草,コーン マッシュルーム キャベツ,きゅうり,人参,パプリカ	590 22.1	牛乳,アサリ(乳) ミルクパン(小麦,乳) スパゲティ(小麦) ホワイトソース(乳)	
16 金	ごはん がんもどきの中華煮 切干大根とひじきのサラダ ソールヨーグルト	牛乳 豚肉,がんもどき(卵不使用),赤みそ ハム ソールヨーグルト	ごはん,強化米 ごま油,三温糖 すりごま,三温糖,ごま油	にんにく,しょうが,チンゲン菜 キャベツ,人参,干椎茸 切干大根,人参,きゅうり	603 22.9	牛乳 ヨーグルト(乳)	
19 月	ごはん ポークチャップ カラフルサラダ みそ汁	牛乳 豚肉	ごはん,強化米 サラダ油,かたくり粉,上白糖	玉ねぎ,パセリ キャベツ,きゅうり,パプリカ,コーン 玉ねぎ,人参,小松菜,しめじ,葉ねぎ	596 22.9	牛乳	
20 火	ごはん,ふりかけ 大町たらめん れんこんサラダ	牛乳 豚肉,むきえび,かまぼこ	ごはん,強化米,鮭ふりかけ(卵乳不使用) 干しうどん麺,ごま油	キャベツ,玉ねぎ,人参,きくらげ もやし,葉ねぎ,しょうが れんこん,きゅうり,人参,コーン	588 21.6	牛乳 うどん麺(小麦) えび	
21 水	ごはん,型抜きチーズ 揚げたご焼 小松菜のじゃこ和え 魚そうめん汁	牛乳 牛乳,型抜きチーズ	ごはん,強化米 揚げたご焼(生地),揚げ油	パインコンポート 小松菜,キャベツ,コーン,人参 玉葱,人参,干椎茸,葉ねぎ	582 20.2	牛乳,チーズ(乳) たご焼(卵,乳,小麦) しらす干し(えび)	
22 木	背割りコッペパン ゆでソーセージ/ゆで野菜 コーンスープ 1食ケチャップ	牛乳 ウィンナー ベーコン,牛乳,白いんげんビュレ ホワイトソース,スキムミルク	背割りコッペパン じゃがいも,サラダ油	キャベツ,人参 玉ねぎ,人参,コーン,枝豆 クリームコーン	617 23.5	背割りコッペパン(小麦,乳) 牛乳 スキムミルク(乳) ホワイトソース(乳)	
23 金	麦ごはん ハッシュドポーク ひじきのサラダ	ジョア 豚肉	麦ごはん,強化米 ハヤシルウ,サラダ油	オレンジ 人参,玉葱,マッシュルーム,枝豆 カットトマト,にんにく キャベツ,人参	576 17.9	ジョア(乳) ハヤシルウ(小麦)	
26 月	ジャンバラヤ いかときゅうりのサラダ ココロスープ	牛乳 鶏ひき肉,ウィンナー,大豆	ごはん,強化米,サラダ油 マヨネーズ	玉ねぎ,人参,ピーマン,にんにく しょうが,マッシュルーム きゅうり,人参,枝豆 玉ねぎ,人参,いんげん,コーン	527 19.2	牛乳	
27 火	ごはん いわしの梅煮 ピーマンとこんにゃくの炒り煮 ふのすまし汁	牛乳 いわしの梅煮	ごはん,強化米 すりごま,三温糖,ごま油	ピーマン,赤パプリカ,つきこんにゃく 玉ねぎ,人参,小松菜,えのき	592 24.5	牛乳 いわし梅煮(小麦) ふ(小麦)	
28 水	ごはん 鶏肉のパン粉焼き 豆まめサラダ みそ汁	牛乳 鶏肉,粉チーズ	ごはん,強化米 パン粉,オリーブ油	白ワイン,塩,こしょう パセリ粉,ガーリックパウダー キャベツ,きゅうり,赤パプリカ,コーン,枝豆 かぼちゃ,人参,玉ねぎ,小松菜	628 24.8	牛乳 パン粉(小麦) 粉チーズ(乳)	
29 木	丸型パン(バター)シュークリーム 白身魚フライ 野菜サラダ トマトスープ	牛乳 白身魚フライ(卵,乳不使用)	丸型コッペパン,ソフトシュークリーム 揚げ油	キャベツ,人参,きゅうり ほうれん草,玉ねぎ,人参,にんにく 枝豆,マッシュルーム,カットトマト	664 27.4	丸型パン(小麦,乳) 牛乳 魚フライ(小麦) シュークリーム(小麦,卵,乳)	
30 金	ごはん カレーうどん キャベツと油揚げの和え物	牛乳 豚肉,白いんげんビュレ	ごはん,強化米 カレールウ,サラダ油	チンゲン菜,玉ねぎ,人参 もやし,キャベツ,人参	602 20.7	牛乳 うどん麺(小麦) カレールウ(小麦)	

※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。ご不明な点は栄養職員までおたずねください。
※本学で使用しているベーコン・ハム・ウィンナー、かまぼこ、マヨネーズ・ドレッシング(ごま・フレンチ・コーンスロー)、カレールウは、卵・乳不使用の製品です。