

令和5年度 9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 もとになる (緑)	調味料		
1 金	麦ごはん 夏野菜のカレー フルーツポンチ	牛乳 豚肉	麦ごはん,強化米 カレールウ,サラダ油 カクテルゼリー(乳不使用),上白糖 シャインマスカットゼリー	かぼちゃ,玉ねぎ,人参,なす にんにく みかん缶,パイン缶,黄桃缶,バナナ	チャツネ,赤ワイン,アスパラ,チキ りんごピューレ,こしょう 赤ワイン	687 18.9	牛乳 カレールウ(小麦)
4 月	ごはん サーモンフライ 和風サラダ みそ汁	牛乳 サーモンフライ(卵,乳不使用) ハム 豆腐,わかめ,みそ	ごはん,強化米 揚げ油	キャベツ,パプリカ,きゅうり,コーン 玉ねぎ,人参,しめじ	和風ドレッシング,淡口しょうゆ 煮干し(出し用),みりん	616 22.7	牛乳 サーモンフライ(小麦)
5 火	ごはん,ぶどうゼリー 豚キムチ ワンタンスープ	牛乳 豚肉 ベーコン	ごはん,強化米,ぶどうゼリー ごま油 ワンタン,ごま油	白菜キムチ,玉ねぎ,人参,にら しょうが,にんにく 玉ねぎ,人参,チンゲン菜 干椎茸,コーン	濃口しょうゆ,酒,みりん からスープ,酒,淡口しょうゆ 塩,こしょう中華味	570 19.2	牛乳 ワンタン(小麦)
6 水	ごはん 皿うどん 梨	牛乳 豚肉,かまぼこ	ごはん,強化米 揚げチャーメン(卵不使用) サラダ油,かたくり粉	玉ねぎ,人参,キャベツ,きくらげ もやし,葉ねぎ 梨	からスープ,中華味,淡口しょうゆ 塩,こしょう,酒	635 19.4	牛乳 揚げチャーメン(小麦)
7 木	食パン,いちごジャム チリコンカン チーズサラダ	牛乳 豚ひき肉,大豆 ミックスピーズ チーズ	食パン,いちごジャム じゃがいも,サラダ油 三温糖	玉ねぎ,人参,,グリーンピース にんにく,カットトマト キャベツ,きゅうり,人参,コーン	トマトケチャップ,トマトピューレ,塩,こしょう 赤ワイン,パイオン,みりん,ウスターソース 卵,アスパラ,ドレッシング,淡口しょうゆ	543 18.4	牛乳,食パン(小麦,乳) チーズ(乳)
8 金	ごはん グリルチキン コールスローサラダ マカロニスープ	牛乳 グリルチキン ハム ベーコン,大豆	ごはん,強化米 マカロニ(シェル),オリーブ油	キャベツ,人参,きゅうり,コーン 玉ねぎ,人参,ほうれん草 マッシュルーム	トマトケチャップ,ウスターソース,赤ワイン コールスロドレッシング,淡口しょうゆ からスープ,パイオン,ワイン,淡口しょうゆ,塩	605 25.7	牛乳 マカロニ(小麦)
11 月	ごはん いわしのおかか煮 甘酢和え すまし汁	牛乳 いわしおかか煮 わかめ はんぺん(卵不使用)	ごはん,強化米 上白糖 ふ	キャベツ,きゅうり,人参 玉ねぎ,人参,小松菜,えのき	酢,濃口しょうゆ,塩 かつお節(だし),だし昆布,淡口,酒,塩	562 22.5	牛乳 いわしおかか煮(小麦) ふ(小麦)
12 火	ごはん,みかんゼリー マーボーなす サンラータン	牛乳 豚ひき肉,大豆の華,赤みそ 鶏肉,豆腐,大豆の華	ごはん,強化米,さがみかんゼリー ごま油,三温糖,かたくり粉 ごま油,かたくり粉	なす,玉ねぎ,人参,葉ねぎ にんにく,しょうが 玉ねぎ,人参,カットトマト 小松菜,たけのこ,きくらげ	中華味,塩,こしょう,酒 酢,トウバンジャン からスープ,酢,濃口しょうゆ,酒,塩,こしょう	630 23.4	牛乳
13 水	ごはん,ふりかけ タイピーエン ちりめんサラダ	牛乳 豚肉,かまぼこ,うすら卵 ちりめんじゃこ	ごはん,強化米,ふりかけ(さげぼっほ) 春雨,ごま油	キャベツ,玉ねぎ,人参,葉ねぎ キャベツ,きゅうり,パプリカ,コーン	からスープ,酒,淡口しょうゆ 中華味,塩,こしょう 和風ドレッシング,淡口しょうゆ	556 20.5	牛乳 うすら卵
14 木	背割りコッペパン ゆでソーセージ/ゆで野菜 ベジタブルスープ 1食ケチャップ	牛乳 ウィンナー ベーコン	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,いんげん マッシュルーム	塩 からスープ,アスパラ,淡口,塩,こしょう 1食ケチャップ	547 20.9	背割りコッペパン(小麦,乳) 牛乳
15 金	ごはん カレーポテトコロッケ 野菜のソテー みそ汁	牛乳 ハム 油揚げ,みそ	麦ごはん,強化米 カレーポテトコロッケ(卵不使用),揚げ油 サラダ油	玉ねぎ,人参,マッシュルーム にんにく,枝豆,カットトマト やんぐコーン,コーン,キャベツ きゅうり,赤パプリカ	パイオン,塩,こしょう 煮干し(出し用),酒	570 16.8	牛乳 コロッケ(小麦)
18 月	敬老の日						
19 火	ごはん,カットパイン ホイコーロー ビーフンスープ	牛乳 豚肉,テンメンジャン ベーコン	ごはん,強化米 ごま油,三温糖,かたくり粉 ビーフン,ごま油	カットパイン キャベツ,人参,たけのこ,しめじ ピーマン,コーン,にんにく,しょうが 玉ねぎ,人参,きくらげ,小松菜	酒,濃口しょうゆ,塩,こしょう からスープ,,中華味,酒 淡口しょうゆ,塩,こしょう	580 20.3	牛乳
20 水	ゆかりごはん とうがんのそぼろ煮 しそ昆布和え	牛乳 鶏ひき肉,厚揚げ しそ昆布	麦ごはん,強化米,ごま サラダ油,三温糖	枝豆 とうがん,玉ねぎ,人参,干椎茸 いんげん キャベツ,きゅうり,人参	ゆかり 濃口しょうゆ,酒,みりん 塩,濃口しょうゆ	531 18.4	牛乳
21 木	ミルクパン,ミルメーク 和風スパゲティ きざみのり ツナサラダ	牛乳 ベーコン 1食きざみのり まぐろツナ	ミルクパン,ミルメーク スパゲティ,オリーブ油	玉ねぎ,人参,ほうれん草 しめじ,えのき,にんにく キャベツ,赤パプリカ,きゅうり,コーン	パイオン,塩,こしょう 淡口しょうゆ 和風ドレッシング,塩,こしょう,淡口しょうゆ	527 20.5	牛乳,ミルクパン(小麦,乳) スパゲティ(小麦)
22 金	麦ごはん ハッシュドポーク コーンサラダ	牛乳 豚肉 ハム	麦ごはん,強化米 ハヤシルウ,サラダ油	玉ねぎ,人参,マッシュルーム にんにく,枝豆,カットトマト やんぐコーン,コーン,キャベツ きゅうり,赤パプリカ	デミグラスソース,ウスターソース 赤ワイン,トマトケチャップ,塩,こしょう コーンクリームドレッシング,淡口,塩,こしょう	613 20.1	牛乳 ハヤシルウ(小麦)
25 月	ごはん セルフ中華丼(具) 棒棒鶏サラダ	牛乳 豚肉,うすら卵,むきえび チキンささみ	ごはん,強化米 三温糖,ごま油 かたくり粉	キャベツ,玉ねぎ,人参,たけのこ いんげん,しょうが,きくらげ きゅうり,もやし,人参	からスープ,中華味,酒,みりん 濃口しょうゆ,塩,こしょう 棒棒鶏ドレッシング,淡口しょうゆ	548 22.9	牛乳 うすら卵,えび
26 火	ごはん さばの梅だれかけ ごま酢和え みそ汁	牛乳 さば 厚揚げ,みそ,わかめ	ごはん,強化米 すりごま,上白糖,ごま油	しょうが キャベツ,きゅうり,人参,ほうれん草 玉ねぎ,人参,えのき,小松菜	ねり梅,塩,酒,濃口しょうゆ,みりん 淡口しょうゆ,酢 煮干し(出し用),酒	585 25.1	牛乳
27 水	ごはん 野菜ラーメン 枝豆のサラダ	牛乳 豚肉 ハム	ごはん,強化米 ラーメン麺(卵不使用)	もやし,人参,きくらげ,コーン チンゲン菜,葉ねぎ キャベツ,きゅうり,人参,枝豆	鶏豚湯,中華味,淡口しょうゆ,酒 塩,こしょう 和風ドレッシング,淡口しょうゆ	567 21.4	牛乳 ラーメン麺(小麦)
28 木	丸型コッペパン キャベツのミンチカツ オーロラサラダ トマトスープ	ショア キャベツのミンチカツ(卵乳不使用) 鶏肉	丸型コッペパン 揚げ油 マヨネーズ じゃがいも,サラダ油	キャベツ,人参 玉ねぎ,人参,ほうれん草,枝豆,にんにく,カットト	トマトケチャップ,塩,こしょう からスープ,アスパラ,淡口,塩,こしょう トマトピューレ,ケチャップ,赤ワイン	559 23.5	丸型パン(小麦,乳) ショア(乳) ミンチカツ(小麦)
29 金	ごはん,お月見ゼリー うさぎのハンバーグ 梅肉和え 白玉汁	牛乳 うさぎ型ハンバーグ(卵乳不使用) かまぼこ	ごはん,強化米,お月見ゼリー(乳不使用) 上白糖 白玉団子	キャベツ,きゅうり,人参,もやし ほうれん草,玉ねぎ,人参,小ねぎ,えのき	ねり梅,濃口しょうゆ,みりん かつお節(だし用),だし昆布,淡口,酒	625 22.2	牛乳 ハンバーグ(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。
 ※本校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・コールスロー等)は、卵・乳不使用の製品です。