

令和6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		
3月	ごはん いわしの梅煮 ピーマンとこんにゃくの炒り煮 わかめ汁	牛乳 いわしの梅煮 豚肉,かつお節 豆腐,わかめ	ごはん,強化米 ごま油,三温糖,すりごま	ピーマン,パプリカ,こんにゃく 小松菜,玉ねぎ,人参,えのき,小ねぎ	濃口しょうゆ,みりん,酒 かつお節(だし),だし昆布,淡口,酒,塩	590 24.3	牛乳 いわし梅煮(小麦)
4月	ごはん,ひじきふりかけ きつねうどん かみかみサラダ	牛乳 牛乳,ひじきふりかけ(卵不使用) 鶏肉,かまぼこ,油揚げ さきいか,いり大豆	ごはん,強化米 うどん麺,三温糖 三温糖,すりごま,ごま油	枝豆,かりかり梅 玉ねぎ,人参,葉ねぎ,チンゲン菜 干椎茸 キャベツ,きゅうり,人参	煮干し(出し),みりん,酒,塩 濃口しょうゆ,淡口しょうゆ 濃口しょうゆ,酢	621 24.5	牛乳 うどん麺(小麦)
5月	ごはん ハンバーグ ほうれん草のソテー ブイヨンスープ	牛乳 ハンバーグ(卵,乳不使用) ベーコン,大豆	ごはん,強化米 三温糖 サラダ油 じゃがいも,サラダ油	ほうれん草,もやし,赤パプリカ 玉ねぎ,人参,いんげん	デミグラーズ,トマトソース,赤ワイン グスターソース,バター,塩,こしょう がらす,ブイヨン,淡口しょうゆ,酒	618 22.4	牛乳 ハンバーグ(小麦)
6月	食パン,スライスチーズ ポテトサラダ 肉団子のスープ レモンゼリー	牛乳 食パン,スライスチーズ ハム 肉団子(卵,乳不使用) レモンゼリー	ごはん,強化米 じゃがいも,マヨネーズ,上白糖 サラダ油 はちみつレモンゼリー	きゅうり,人参,コーン 玉ねぎ,人参,マッシュルーム,小松菜	塩,こしょう,酢 がらす,バター,酒,淡口しょうゆ	626 19.9	牛乳 食パン(小麦,乳) スライスチーズ(乳) 肉団子(小麦)
7月	ごはん とんかつ ごぼうサラダ みそ汁	牛乳 とんかつ(卵,乳不使用) まぐろツナ 油揚げ,みそ	ごはん,強化米 揚げ油 マヨネーズ,すりごま,三温糖	ごぼう,人参,コーン なす,玉ねぎ,人参,えのき,小ねぎ	トマトソース,中濃ソース,赤ワイン 濃口しょうゆ,みりん 煮干し(だし),酒	661 21.7	牛乳 とんかつ(小麦)
9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)						
10日	9日(日)の代休						
11月	ごはん 鮭の利休焼き たくあん和え すまし汁	牛乳 牛乳 鮭 豆腐,かまぼこ	ごはん,強化米 いりごま	キャベツ,きゅうり,人参,たくあん漬 玉ねぎ,人参,ほうれん草,干椎茸	酒,塩 濃口しょうゆ かつお節(だし),だし昆布,淡口,酒,塩	522 25.0	牛乳
12月	ごはん 鶏肉のレモンソースかけ 小松菜のじゃこ和え みそ汁	牛乳 牛乳 鶏肉 しらす干し わかめ,みそ	ごはん,強化米 かたくり粉,揚げ油,上白糖 すりごま,三温糖,ごま油 じゃがいも	キャベツ,小松菜,人参,コーン 玉ねぎ,人参,しめじ,小ねぎ	レモン汁,濃口しょうゆ,酒,塩,こしょう 濃口しょうゆ 煮干し(だし),みりん	597 21.4	牛乳 しらす干し(えび)
13月	ミルクパン クリームスパゲティ 切干大根のサラダ	牛乳 牛乳 ベーコン,豆乳 白いんげんピューレ ハム	ミルクパン スパゲティ,オリーブ油 シチュールウ(小麦,卵,乳不使用) ハム	玉葱,人参,ほうれん草 マッシュルーム,コーン 切干大根,人参,きゅうり	ブイヨン,塩,こしょう 白ワイン 淡口しょうゆ,みりん,ごまドレッシング	617 21.8	牛乳 ミルクパン(小麦,乳) スパゲティ(小麦)
14月	麦ごはん,ヨーグルト ビーフカレー ひじきのサラダ	牛乳 牛乳,ソフールヨーグルト 牛肉 ひじき,大豆	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 キャベツ,コーン	チャツネ,赤ワイン,ブイヨン,ソース ケチャップ,りんごピューレ,こしょう ピザソース,酒,みりん,濃口しょうゆ	709 23.0	牛乳 カレールウ(小麦) ヨーグルト(乳)
17月	ごはん,アセロラゼリー 鶏肉のごまがらめ すまし汁	牛乳 牛乳 鶏肉,大豆,高野豆腐 すまし汁	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 ふ	玉ねぎ,人参,にんにく,しょうが 小松菜 玉ねぎ,人参,えのき,小ねぎ,ほうれん草	みりん,濃口しょうゆ,酒 塩,こしょう かつお節(だし),だし昆布,淡口,酒,塩	652 22.9	牛乳 ふ(小麦)
18月	ごはん,焼きのり 野菜ラーメン 海鮮サラダ	牛乳 牛乳,焼きのり 豚肉 海藻ミックス,えび,かにかま	ごはん,強化米 ラーメン麺,ごま油	玉ねぎ,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	鶏豚湯,濃口,酒,中華味,塩,こしょう 淡口しょうゆ,濃口しょうゆ 棒棒鶏ドレッシング	542 22.1	牛乳 ラーメン麺(小麦) えび
19月	ごはん マーボーなす フルーツ杏仁	牛乳 牛乳 豚ひき肉,大豆の華,赤みそ 米みそ	ごはん,強化米 ごま油,三温糖,かたくり粉 杏仁豆腐(卵不使用)	オレンジ なす,玉ねぎ,人参,葉ねぎ にんにく,しょうが,干椎茸 みかん缶,パイン缶,黄桃缶,バナナ	中華味,塩,こしょう,酒 濃口しょうゆ,トウバンジャン	590 19.0	牛乳 杏仁豆腐(乳)
20月	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 牛乳 ウィンナー 鶏肉,白いんげんピューレ 豆乳	背割りコッペパン じゃがいも,サラダ油 シチュールウ(小麦,卵,乳不使用)	キャベツ,人参 玉ねぎ,人参,コーン,枝豆 クリームコーン	塩 がらす,バター,かつお,淡口,塩,こしょう 1食ケチャップ	645 23.4	コッペパン(小麦,乳) 牛乳
21月	ごはん 揚げたご焼(米粉) ゆかり和え 魚そうめん汁	牛乳 牛乳 たご焼(たご) しそゆかり 魚そうめん(卵不使用),わかめ	ごはん,強化米 たご焼生地(小麦,卵,乳不使用),揚げ油	パインコンポート きゅうり,キャベツ,人参 玉葱,人参,干椎茸,小ねぎ	濃口しょうゆ かつお節(だし),だし昆布,淡口,酒,塩	527 17.3	牛乳
24月	ごはん ピビンバ ナムル ワンタンスープ	牛乳 牛乳 牛肉,米みそ ベーコン	ごはん,強化米 三温糖,いりごま,ごま油 上白糖,ごま油,すりごま ワンタン,ごま油	にんにく,葉ねぎ,もやし,ぜんまい,たけのこ もやし,人参,ほうれん草 玉ねぎ,人参,チンゲン菜,コーン,干椎茸	塩,酒,こしょう,濃口しょうゆ,トマトソース 濃口しょうゆ,酢 がらす,酒,淡口しょうゆ,こしょう	591 21.0	牛乳 ワンタン(小麦)
25月	ごはん あじフライ 春雨サラダ みそ汁	牛乳 牛乳 あじフライ(卵,乳不使用) ハム 厚揚げ,わかめ,みそ	ごはん,強化米 揚げ油 春雨,マヨネーズ	きゅうり,人参,キャベツ 玉ねぎ,人参,小松菜	塩,こしょう 煮干し(だし),みりん	617 22.5	牛乳 あじフライ(小麦)
26月	かりかり梅ごはん,チーズ 蒸しはんころ煮 沢煮椀	牛乳 牛乳,型抜きチーズ 丸天 豚肉	ごはん,強化米,いりごま サラダ油,三温糖 ごま油	カリカリ梅,枝豆 切干大根,人参,こんにゃく,いんげん ごぼう,人参,玉ねぎ,たけのこ 小ねぎ,えのき,もやし	塩 濃口しょうゆ,淡口しょうゆ,酒,みりん かつお節(だし),だし昆布,酒 淡口しょうゆ,みりん	583 21.6	牛乳 型抜きチーズ(乳) 丸天(卵)
27月	黒糖パン,プリン チリコンカン シーザーサラダ	ショア ショア(ブルーベリー) 豚ひき肉,大豆 ミックスピーンズ チーズ	黒糖パン,プリン じゃがいも サラダ油,三温糖	玉ねぎ,人参,にんにく 枝豆 キャベツ,パプリカ,きゅうり,コーン	トマトソース,トマトソース,赤ワイン,塩 濃口しょうゆ,バター,パプリカ 淡口しょうゆ,もやし,トマトソース	579 21.8	ショア(乳) 黒糖パン(小麦,乳) プリン(卵,乳) チーズ(乳)
28月	ごはん カレーうどん ヤングコーンのサラダ	牛乳 牛乳 牛肉,白いんげんピューレ ハム	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 葉ねぎ キャベツ,人参,コーン,かつお,きゅうり	チャツネ,赤ワイン,ウスターソース みりん,濃口しょうゆ,酒,バター イタリアンドレッシング	606 19.7	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・コールスロー)、カレールウは、卵・乳不使用の製品です。
 ※ご不明な点は栄養職員までお尋ねください。