

令和5年度 2月 学校給食予定献立表 佐賀市立北川副小学校

◎ 食に関する指導目標
 ◎ 給食指導目標
 ・誕生おめでとう献立…2日(金) ・行事食1日(木)「節分」・ハッピーにんじんの日…15日(木)
 ・かむかむ献立…20(火) おすすめ食材…だいこん ・えがお給食…19(月)

天候、入荷の都合により
 食材が一部変更になる
 ことがあります。ご了承
 ください。

献立表には、使用食材とひと
 り当たり分量(中学年の量)
 を明記しています。

日曜	献立名	※アレルギー物質表示 ①アレルギー物質表示7品目 ②本校の除去対応食品	献立のメッセージ	食品名			調味料	エネルギー kcal	たんぱく質 g	
				おもにエネルギーとなる	おもに血・肉・骨を作る	おもに体の調子を整える				
木	ごはん 牛乳 いわしの梅煮 はくさいのそぼろ煮 卵ボーロ おからの炒り煮	(冷)いわしの梅煮(いわし・小松菜) 食パン(乳・小麦)	「行事食」 節分について 知ろう	ごはん (冷)いわし梅煮(砂糖・片栗粉) 片栗粉1 油 三温糖1 油 / 卵ボーロ(卵・乳)	牛乳 (冷)いわし梅煮(いわし)40g 鶏ひき肉30 厚揚げ25 おから10 油揚げ3	つきごんにやく20 たまねぎ15 にんじん5 しょうが0.5 はくさい45 ねぎ5 たまねぎ10 干しいたけ0.5 ごぼう3 にんじん3 ねぎ2	いわし梅煮(しょうゆ・本みりん・塩) 薄口しょうゆ4 酒1 薄口しょうゆ2	664	30.5	
	2 シューガード 牛乳 ベーコンとだいこんのポトフ れんこんサラダ 米粉のクレープ	食パン(乳・小麦)	2月生まれのお友だちをみんなでお祝いしよう	食パン オリーブ油6 グラニュー糖5 じゃがいも20 卵なしマヨネーズ6 春雨4 / 米粉のクレープ(米粉)	牛乳 ベーコン10	だいこん30 にんじん10 小松菜8 乾パセリ0.02 たまねぎ15 れんこん15 コーン5 むぎ枝豆5 きゅうり15	がらスープポーク・チキン5塩 黒こしょう 薄口しょうゆ2 野菜ブイヨン0.5 塩 漬口しょうゆ0.2 みりん0.2	668	19.0	
	5 チャーハン 牛乳 春巻き ほうれん草とワタンのスープ ぶどうゼリー	食パン(乳・小麦)	だいこんを味わおう	ごはん 油 油(冷)春巻き(米粉入り35g(春雨 小麦粉 砂糖)) 油 片栗粉2 ワンタン10 ぶどうゼリー(糖類)	牛乳 / ベーコン7 (冷)春巻き(豚肉 大豆)	コーン10 にんじん10 たまねぎ15 ピーマン10 (冷)春巻き(たまねぎ キャベツ にんじん)	塩 こしょう 薄口しょうゆ3野菜ブイヨン1 がらスープポーク・チキン5薄口しょうゆ1	625	20.5	
火	6 ごはん 牛乳 白身魚の磯辺揚げ さつまいも入り豚汁 ごま和え	白身魚	魚を食べよう	ごはん 片栗粉3 米粉3 油 さつまいも20 上白糖1 ごま1.5	牛乳 白身魚40g1切れ 青のり0.2 豚肉20 合わせみそ9	塩 こしょう みりん1 塩	612	24.7		
	7 減量ミルクパン 牛乳 高菜スパゲティ だいこんのサラダ ヨーグルト	ミルクパン(乳・小麦)	だいこんを味わおう	減量ミルクパン スパゲティミニ30 オリーブ油1 イタリアンドレッシング5	牛乳 ベーコン10 ささみ7 ヨーグルト 1個	刻み高菜15 にんじん10 たまねぎ20 ホールコーン10 えのきだけ5 にんにく0.2 だいこん25 きゅうり10 にんじん3	白ワイン1 塩がらスープポーク・チキン5 豆腐塩 塩 こしょう 薄口しょうゆ2	665	26.6	
	8 ごはん 牛乳 鮭の香味焼き 切干大根の炒め煮 すまし汁	鮭	和食に親しもう	ごはん オリーブ油2 三温糖0.5	牛乳 鮭40g 1切れ 油揚げ3 豆腐15 わかめ0.5	にんにく0.2粉パセリ0.2 切干大根5 にんじん5 しらたき10 きやいんげん3 にんじん5 たまねぎ20	塩こしょう オールスパイス パプリカ粉 濃口しょうゆ1 薄口しょうゆ1 酒0.5 薄口しょうゆ4 煮干し3(だし用) 昆布パウダー0.2 塩	527	24.4	
金	9 減量コッペパン 牛乳 クリームシチュー ささ身とれんこんのサラダ 米粉のプリンタルト	コッペパン(小麦・乳)	根菜について知ろう	コッペパン じゃがいも30クリームシチューの素13油 野菜いっぱい和風ドレッシング(小麦・かつお節エキス)5 米粉のタルト(米粉 砂糖)	牛乳 鶏肉20 牛乳40 鶏ささ身水煮5 干ひじき0.5	がらスープポーク&チキン5野菜ブイヨン塩こしょう 薄口しょうゆ1 塩 酒	723	26.8		
	12月	祝日								
	13 火	ごはん 牛乳 肉野菜炒め うずら卵のすまし汁 納豆	納豆を食べよう	ごはん 三温糖1 油 片栗粉2	牛乳 牛肉20 赤だしみそ1.5 生揚げ10 うずら卵20 納豆1こ	ピーマン5 たまねぎ20 キャベツ15にんじん10しょうが0.5にんにく0.5 にんじん5 たまねぎ20 小松菜10 干しいたけ0.5	酒1 みりん1 中華スープの素1 濃口しょうゆ1 酒 薄口しょうゆ4塩 昆布パウダー0.2	582	25.5	
水	14 食パン アセロラゼリー 牛乳 タンダーリーチキン コールスローサラダ 根菜のスープ	食パン(乳・小麦)	タンダーリーチキンについて知ろう	食パン/アセロラゼリー40g(果糖ぶどう糖液糖・加工でん粉) オリーブ油2 三温糖0.1 じゃがいも20 油	牛乳 鶏肉40 ヨーグルト3	アセロラゼリー・鉄(アセロラ・りんご) にんにく0.2 キャベツ20 にんじん5 きゅうり15 にんじん10ごぼう10れんこん10セロリ1むぎ枝豆5しめじ5	ウスターソース0.5 カレー粉0.1 塩 こしょう トマトケチャップ3 塩 こしょう 酢1 薄口しょうゆ1 がらスープチキン・ポーク5	638	25.6	
	15 木	ごはん 牛乳 鮭の塩焼き だいこんとじゃがいものみそ汁 豚肉の炒め物	ハッピーにんじんを探そう	ごはん じゃがいも20 片栗粉1	牛乳 鮭40g 1切れ 油揚げ5 わかめ0.5 合わせみそ9 豚肉35	塩 酒1 煮干し(だし用)3 濃口しょうゆ2酒1みりん1	600	32.9		
	16 金	減量ミルクパン 牛乳 ☆みそラーメン 米粉のりんごのタルト キャベツのサラダ	ミルクパン(乳・小麦)	豆の種類について知ろう	ミルクパン ラーメン麺60 米粉のタルト(りんごジャム) イタリアンドレッシング5	牛乳 焼豚10 みそ4	濃口しょうゆ2酒1みりん1 味噌汁0.5がらスープポーク&チキン 塩 こしょう 中華スープの素1 薄口しょうゆ	617	25.2	
月	19 ごはん 牛乳 鶏肉の香味焼き 切干大根の和え物 汁ビーフン	えがお給食について知ろう	ごはん 三温糖0.5 ビーフン5 油	牛乳 鶏肉(40)1切れ	にんにく0.2 粉パセリ0.2 切干大根4 にんじん3 きゅうり20 にんじん5たまねぎ20れんこん10小松菜10	酒0.5 濃口しょうゆ1 塩 こしょう オールスパイス 酒1 薄口しょうゆ1	583	22.7		
	20 火	ごはん 牛乳 鶏のみぞれかけ 春雨汁 きゅうりとわかめのサラダ	根菜について知ろう(かむかむ献立)	ごはん 米粉3 片栗粉3 油 三温糖1 緑豆春雨5	牛乳 鶏肉40 豚肉8	酒0.5 酢1 薄口しょうゆ1 塩 薄口しょうゆ4塩 昆布パウダー0.2	642	22.7		
	21 水	ミルクパン 牛乳 おからナゲット 野菜と五穀のスープ キャベツのサワー漬け	朝ごはんをしっかりと食べよう	ミルクパン 米粉2 油 じゃがいも20 五穀(小麦もちぎび 赤米 黒米)10(小麦もちぎびのみ) オリーブ油1	牛乳 おから10 豆腐5 鶏ひき肉25 豆乳4 ベーコン5	たまねぎ10 にんじん5 たまねぎ15 小松菜10 キャベツ25 コーン7 にんじん3 レモン果汁1	トマトケチャップ5 塩 こしょう パプリカ粉 がらスープポーク・チキン5 塩 こしょう 野菜ブイヨン 薄口しょうゆ2 塩 薄口しょうゆ1	671	23.9	
木	22 ごはん 牛乳 麦ごはん ビーフカレー ☆フルーツポンチ	カレールウ(小麦・乳)	野菜について知ろう	麦ごはん じゃがいも30カレールウ13	牛乳 牛肉20	ローレル粉0.01トマトケチャップ2 ウスターソース1野菜ブイヨン1がらスープポーク&チキン5塩こしょう	623	18.8		
	23金	祝日								
	26 月	ごはん 牛乳 手作りハンバーグ 野菜ソテー じゃがいものスープ	ハンバーグについて知ろう	ごはん 米粉1 片栗粉1 オリーブ油 油 じゃがいも20	牛乳 牛ひき肉25 豚ひき肉30 豆乳3 (冷)ソテーオニオン20 もやし30 冷凍コーン2 冷凍むぎ枝豆1 にんじん10 キャベツ20 たまねぎ20 粉パセリ0.02	ケチャップ6 塩 こしょう ナツメグ 塩 こしょう がらスープポーク・チキン5 野菜ブイヨン5塩こしょう	645	25.9		
火	27 ごはん 牛乳 鶏肉と大豆の揚げ物 ☆みそ汁 ポテトサラダ	じゃがいもを使った料理について知ろう	ごはん 米粉3 片栗粉3 油 三温糖0.5 じゃがいも40 卵なしマヨネーズ8	牛乳 鶏肉35 大豆10 青のり0.2 厚揚げ15 合わせみそ9 ロースハム5	しょうが0.3 にんじん5 たまねぎ15 だいこん15 ねぎ4 きゅうり15 にんじん5	塩 こしょう 酒1 みりん 漬口しょうゆ1 煮干し(だし用)3 塩 こしょう	657	24.1		
	28 水	コッペパン 牛乳 野菜スープ 豚肉のトマトソース煮 ☆手作りスイートポテト	野菜について知ろう	コッペパン 油 三温糖3 さつまいも45 パター2	牛乳 ベーコン5 豚肉40 牛乳10	キャベツ20 にんじん10 たまねぎ20 だいこん20 たまねぎ20 にんにく0.2 たまねぎ15	塩 こしょう がらスープチキン・ホニークラス トマトケチャップ5ウスターソース1白ワイン1野菜ブイヨン	716	27.3	
	29 木	ごはん 牛乳 さばのゆずみそ煮 切干大根の炒め煮 はくさいと豚肉のみぞれ汁	和食に親しもう	ごはん (冷)さばのゆずみそ煮(砂糖、水あめ、でん粉) 三温糖1 油 じゃがいも15 油	牛乳 (冷)さばのゆずみそ煮50g(さば、みそ) 油揚げ5 豚肉10	切干大根3 にんじん5 きやいんげん5 しらたき10 はくさい20 だいこん20 にんじん5 煮干し(だし用)3 薄口しょうゆ4	569	23.5		

☆リクエスト給食を入れていきます。

- *しょうゆ(濃口・薄口)、食酢、中華スープの素は、小麦を含みます。
- *ウインナー、ハム、ベーコン、焼き豚は、乳・卵を含んでいないものを使用しています。
- *練り製品(かまぼこ、さつまいも、ちくわ)には、卵は含まれていません。

※上記アレルギー表示は、①②について行っています。

①アレルギー物質表示7品目(卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに)②本校の食物アレルギー除去対応食材(小麦・乳・卵・えび・かに・いか・貝類・魚・魚加工品・種実類・キウイ・ごま・さいも・やまいも)