

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) 卵ボーロ	「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) 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・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	チャーハン(小麦) 春巻き(小麦) ワタン(小麦)	だいこんを味わおう てっちゃん	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・チキン5薄口しょうゆ1	625	20.5	
火	6 白身魚の磯辺揚げ さつまいも入り豚汁 ごま和え	白身魚 ごま	魚を食べよう かんちゃん	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) スパゲティ(小麦) ヨーグルト	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・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	ごはん(小麦・乳) 煮干し(だし用)	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 きゃいんげん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) クリームシチューの素(小麦・乳・牛乳) 野菜たっぷり和風ドレッシング(小麦・かつお節エキス)	根菜について知ろう てっちゃん	コッペパン じゃがいも30クリームシチューの素13油 野菜たっぷり和風ドレッシング(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・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 てっちゃん	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	
14 水	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) ヨーグルト(乳)	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・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	鮭 煮干し(だし用)	ハッピーにんじんを探そう ちまみちゃん	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) ラーメン(小麦)	豆の種類について知ろう てっちゃん	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・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		
19 月	ごはん 牛乳 鶏肉の香味焼き 切干大根の和え物 汁ピーマン	鶏肉(40)1切れ	えがお給食について知ろう	ごはん 三温糖0.5	牛乳 鶏肉(40)1切れ	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	鶏肉(40)1切れ	根菜について知ろう(かむかむ献立) てっちゃん	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	濃口しょうゆ4 塩 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	ミルクパン(乳・小麦) おから10 豆腐5 鶏ひき肉25 豆乳4	朝ごはんをしっかりと食べよう てっちゃん	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 玄米)10 塩 しょうが0.2 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	トマトケチャップ5 塩 こしょう パプリカ粉 がらスープ・チキン5 塩 こしょう 野菜ブイヨン 薄口しょうゆ 塩 薄口しょうゆ1	671	23.9		
22 木	ごはん 牛乳 麦ごはん ビーフカレー ☆フルーツポンチ	カレールー(小麦・乳) もも	野菜について知ろう	麦ごはん じゃがいも30カレールー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・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	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 冷凍むぎ枝豆 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・チキン5 野菜ブイヨン5 塩こしょう	645	25.9		
27 火	ごはん 牛乳 鶏肉と大豆の揚げ物 ☆みそ汁 ポテトサラダ	鶏肉35 大豆10 青のり0.2	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	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	コッペパン(小麦・乳) バター(乳) 牛乳	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 バター2	牛乳 ベーコン5 豚肉40 牛乳10	塩 こしょう がらスープ・チキン・ホシホシ 塩こしょう 塩	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	さばのゆずみそ煮(さば) 煮干し(だし用)	和食に親しもう てっちゃん	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	(冷)さばのゆずみそ煮(みりん) 薄口しょうゆ2 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・卵・乳・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)