令和６年 度

１ 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　　学校給食について知ろう
◎ 給食指導目標　　食事のあいさつをしよう

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。

誕生おめでとう献立…１７日（金）　行事食「お節料理」…１４日（火）

和食に親しもう…９日（木）ハッピーにんじんの日…３１日（金）えがお給食…３０日（木）　１月のおすすめ食材…はくさい

日曜	献立名	※アレルギー物資表示 ①アレルギー物資表示7品目 ②本校の除去対応食品	献立のメッセージ	食品名 おもにエネルギーとなる食品	おもに血・肉・骨を作る食品	おもに体の調子を整える食品	調味料	エネルギー Kcal	たんぱく質 g
9	ごはん　牛乳		春の七草について知ろう（和食に親しもう）	ごはん	牛乳			543	24.2
	鮭の塩焼き	鮭			鮭(40)1きれ		塩　酒		
木	七草のみそ汁	煮干し（だし用）		じゃがいも20	油揚げ3　合わせみそ9	にんじん5　すずしろ(だいこん)20すずな(かぶ)10せり(または　みずな)2	煮干し3(だし用)		
	ひじきとれんこんの炒り煮			三温糖0.5　油	ひじき1　大豆水煮5	れんこん5　にんじん5　つきこんにゃく10　むき枝豆5	みりん1　濃口しょうゆ2		
10	減量コッペパン　牛乳	コッペパン（小麦・乳）	楽しい雰囲気で食べよう	コッペパン	牛乳		昆布茶0.1	651	24.0
	ベーコンと小松菜の和風スパゲティ	スパゲティ(小麦)		スパゲティミニ30　オリーブ油1　油	ベーコン7	にんじん10　たまねぎ20小松菜10冷しめじ5	がらスープポーク＆チキン5　薄口しょうゆ3		
金	フルーツミックス	もも				みかん(缶)30　もも30　バナナ10			
	型抜きチーズ	チーズ(乳)			型抜きチーズ　１個				
13 月	祝日								
14	ごはん　牛乳		「行事食」正月の料理について知ろう	ごはん	牛乳			576	27.4
	ぶりの照り焼き	ぶりの照り焼き			ぶり照焼50g　1切れ	にんじん5　はくさい20　ごぼう5			
火	雑煮風すまし汁	かまぼこ　煮干し(だし用)			鶏肉5　かまぼこ5	たかな15　干しいたけ0.5	塩　薄口しょうゆ4　煮干(だし用)3		
	紅白なます			上白糖1.5		にんじん2　だいこん35	酢1.5　塩		
15	ごはん　牛乳		鶏肉について知ろう	ごはん	牛乳			606	24.8
	ささ身の青のり揚げ			かたくり粉3　米粉3　油	鶏ささ身40　青のり0.2		塩　こしょう　野菜ブイヨン0.2		
水	春雨サラダ			緑豆春雨5　三温糖0.5 オリーブ油1	ロースハム3	もやし10　きゅうり13　にんじん2	塩　薄口しょうゆ2　酢0.5		
	ポトフ			じゃがいも30	ウインナー5	だいこん30にんじん5　たまねぎ20ホールコーン5枝豆むき身5	がらスープポーク＆チキン5 野菜ブイヨン0.5薄口しょうゆ1塩　こしょう		
16	ごはん　牛乳		野菜について知ろう	ごはん	牛乳	りんごピューレ5	トマトケチャップ2	566	18.8
	ポークカレー	カレールウ（小麦・乳）		カレールウ16　じゃがいも30	豚肉20	にんじん10たまねぎ40にんにく0.2しょうが0.2	ウスターソース0.5野菜ブイヨン0.5がらスープポーク＆チキン5赤ワイン1		
木	和風サラダ	野菜いっぱい和風ドレッシング(小麦・かつお節エキス)		野菜いっぱい和風ドレッシング5		だいこん20にんじん5きゅうり15(冷)むき枝豆5	塩		
予定	※6年生誕生献立　食パン(またはミルクパン)　りんごジュース	※6年生ミルクパン（小麦・乳）		食パン(またはミルクパン)　りんごジュース					
	スイートポテト	※6年生木曜日ですがパンです		さつまいも　米粉	豆乳　大豆たんぱく				
	いちごジャムアンドマーガリン	※6年生マーガリン		いちごジャム　マーガリン					
	佐賀みかんゼリー			佐賀みかんゼリー(異性化液糖、水飴)	佐賀みかんゼリー(異性化液糖、水飴)	佐賀みかんゼリー(みかん果肉、果汁)			
17	ミルクトースト　牛乳	食パン(乳・小麦)練乳バター(乳)	１月生まれお友だちをみんなでお祝いしよう	食パン　／　バター5　オリーブ油2	牛乳　練乳10	たまねぎ20　(冷)むき枝豆5	薄口しょうゆ1　野菜ブイヨン1	688	26.6
	野菜スープ				ベーコン5	ホールコーン5　にんじん5　キャベツ20	がらスープチキン＆ポーク5		
金	豚肉のトマトソース煮				豚肉40	たまねぎ20　にんにく0.2 トマトピューレ5	トマトケチャップ5　ウスターソース0.3 赤ワイン1		
	ぶどうゼリー			ぶどうゼリー（糖類）		ぶどうゼリー（ぶどう果汁）	野菜ブイヨン0.2		
20	ごはん　牛乳		チキン南蛮について知ろう	ごはん　／　卵なしマヨネーズ8	牛乳		塩　こしょう	616	24.2
	チキン南蛮			片栗粉3　米粉3　油　三温糖1	鶏むね肉40	たまねぎ3　粉パセリ0.01	食酢1．5　濃口しょうゆ1．5		
月	わかめともやしの中華炒め			油	干わかめ0．5	もやし25　にんじん3　にら5	塩　中華スープの素0.5　薄口しょうゆ0．5		
	春雨スープ			緑豆春雨5	豚肉10	にんじん5 はくさい20 ホールコーン5 きくらげ1 ねぎ5	がらスープポーク・チキン5 薄口しょうゆ2　野菜ブイヨン0.5		
21	ごはん　牛乳		豚肉について知ろう	ごはん	牛乳	りんごピューレ5　たまねぎ20	酒1	598	27.6
	豚肉の炒め物			三温糖0.5　油	豚肉50　赤みそ1	にんにく0．5　しょうが0．5　ねぎ5	濃口しょうゆ2　みりん1		
火	豆腐スープ			片栗粉1	鶏肉10　豆腐20　わかめ0.5	にんじん5　たまねぎ20　ねぎ5	がらスープポーク＆チキン5薄口しょうゆ3		
	ナムル	いりごま　ごま油		いりごま1.2　ごま油1.2	三温糖0.5	もやし30　にら5　にんじん5	塩　濃口しょうゆ2　酢1		
22	ゆかりごはん(飯缶)　牛乳		麺類を食べる時に注意することについて知ろう	ごはん	牛乳	ゆかり2.2		604	18.7
	具うどん	うどん麺（小麦）		うどん麺（ゆで）60	鶏肉10　油揚げ4	ごぼう5　にんじん5　たまねぎ20　ねぎ5　しいたけ0.5	酒　みりん1　煮干し(だし用)3		
水	野菜の和え物			三温糖0.5		はくさい30　にんじん5　きゅうり10	薄口しょうゆ2　みりん2		
	米粉のプリンタルト			米粉のタルト（米粉　砂糖）	米粉のタルト（豆乳）				
23	ごはん　牛乳		和食に親しもう(学校給食週間)	ごはん	牛乳	にんじん10(冷)さやいんげん5干しいたけ0.5		596	22.9
	じゃがいものそぼろ煮			じゃがいも60　片栗粉1　三温糖1.5 油	豚ひき肉15　厚揚げ25	しらたき15　たまねぎ40	濃口しょうゆ5　みりん1　酒1		
木	切干大根の和え物	野菜いっぱい和風ドレッシング(小麦・かつお節エキス)		野菜いっぱい和風ドレッシング5	鶏ささみ8	切干大根3　にんじん5　きゅうり15			
	※新入学説明会（予定）								
24	肉まん　牛乳	肉まん（小麦・乳・ごま）	パリパリ麺について知ろう	(冷)肉まん60g（小麦・乳・ごま）	牛乳	キャベツ30　もやし15	中華スープの素1　がらスープポーク・チキン5	565	25.7
	あんかけパリパリめん	揚げチャー麺（小麦）		揚げチャー麺1袋　片栗粉2　油	豚肉15	にんじん5　たまねぎ20　ねぎ5　きくらげ1	薄口しょうゆ2　塩　こしょう		
金	ほうれん草とコーンのソテー					冷ほうれん草20　にんじん5 コーン10　枝豆むき身10	薄口しょうゆ0.5　塩　こしょう		
27	ごはん　牛乳		さがの食材を味わおう（学校給食週間）	ごはん	牛乳			626	26.0
	さんま(または　いわし)の甘露煮	さんま(または　いわし)(大豆・小麦)			さんま甘露煮(または　いわし)(40)1切れ				
	のっぺ汁	煮干し(だし用)		片栗粉1	鶏肉10　厚揚げ20	にんじん5　つきこんにゃく15　ごぼう5　ねぎ5	煮干し(だし用)3　薄口しょうゆ4		
月	かけあえ　焼きのり	ごま　かまぼこ		上白糖1　ごま2	かまぼこ6　みそ4　/焼きのり1袋	だいこん25　きゅうり10　にんじん4	食酢1　塩		
28	ごはん　牛乳		おでんを味わおう	ごはん	牛乳／鶏肉20　厚揚げ25 だし昆布1	にんじん5	濃口しょうゆ5　みりん1	562	22.9
	おでん風煮	かまぼこ　さといも		三温糖1.5　さといも25	かまぼこ10	だいこん55　つきこんにゃく15	酒　薄口しょうゆ1.5		
	ほうれん草の和えもの			三温糖0.8	油揚げ3	冷凍ほうれん草15　もやし20　にんじん3	濃口しょうゆ1.5　みりん1		
火	しそふりかけ			しそふりかけ（砂糖）		しそふりかけ（赤しそ）	しそふりかけ（梅酢）		
29	ごはん　牛乳		牛肉(または豚肉)について知ろう	ごはん	牛乳	たまねぎ15　ねぎ5　ニラ10　にんじん5		547	22.2
	野菜たっぷり焼き肉			三温糖0.1 油	牛肉(または豚肉)40　赤だし用みそ2	にんにく0.3　しょうが0.2　りんごピューレ2	濃口しょうゆ2　豆板醤0.05		
	中華スープ			油	干しわかめ0.6	たまねぎ20　にんじん5　たけのこ水煮15　ねぎ5	薄口しょうゆ3　がらスープポーク＆チキン5 中華スープの素1　塩　こしょう		
水	くだもの（みかん）					みかん　1個			
30	ごはん　牛乳		えがお給食について知ろう	ごはん	牛乳			652	24.6
	鶏肉としいたけの甘辛煮			片栗粉5　油　三温糖1	鶏肉40	生しいたけ8　むき枝豆5	濃口しょうゆ1.5　みりん1　酒　塩		
	はくさいのごま和え	いりごま　ねりごま		三温糖0．5　いりごま1.2　ねりごま1.2	油揚げ5	はくさい30　にんじん3　水菜5	濃口しょうゆ1.5		
木	根菜のみそ汁	煮干し(だし用)			厚揚げ20　合わせみそ9	にんじん5　だいこん15　つきこんにゃく10 ねぎ5　れんこんダイス5	煮干し(だし用)3		
31	減量ミルクパン　牛乳	ミルクパン（乳・小麦）	ハッピーにんじんを探そう	ミルクパン	牛乳	たまねぎ20　にんじん10　まいたけ5	野菜ブイヨン1	620	29.2
	クリームシチュー	ポタージュベース(小麦・乳)　牛乳		ポタージュベース15　油	豚肉15　牛乳40	冷しめじ5　ほうれんそう15　はくさい25	がらスープポーク＆チキン5　白ワイン　塩　こしょう		
金	☆りっちゃんサラダ	かつお節		上白糖0.5油	かつお節(砕片)0.5すき昆布0.2ロースハム5	キャベツ20きゅうり5にんじん5ホールコーン5	食酢1濃口しょうゆ2塩		
	ヨーグルト	ヨーグルト			ヨーグルト　1個				

＊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、さつま揚げ、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アレルギー物資表示8品目（えび・かに・くるみ・小麦・そば・卵・乳・落花生）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・さといも・やまいも・もも)

☆リクエスト給食を入れています。（☆が献立名についています）