

令和 7年度		6 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		じょうぶな骨や歯をつくろう						
◎ 給食指導目標		衛生に気をつけて食べよう						
誕生おめでとう献立… 17日（火）		行事食…4日（水）「むし歯予防デー」		6月のおすすめ食材…グリーンアスパラ				
和食に親しもう…19日（木）		ハッピーにんじんの日…10日（火）		えがお給食の日…2日（月）				
日曜	献立名	※アレルギー表示 ①アレルギー物質表示7品目 ②本校の除去対応食品	食 品 名			調味料	エネルギーKcal たんぱく質g 献立のメッセージ	
			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			
2月	ごはん 牛乳 ブルコギ(焼き肉) わかめスープ ナムル		ごはん 三温糖0.1 油	牛乳 豚肉(または牛肉)45 赤だし用みそ2.5 油	たまねぎ15 ねぎ5 にんにく0.3 しょうが0.2 りんごピューレ2 たまねぎ20 にんじん5 たけのこ水煮15 ねぎ5 もやし30 ニラ10 にんじん3	濃口しょうゆ2 豆板醤0.05 薄口しょうゆ2 かつおぶしだし しょうゆ 中華スープの素1塩 しょうゆ 酢1 濃口しょうゆ2 塩	560 24.9 えがお給食について知ろう	
	ごはん 牛乳 グリーンアスパラの揚げ物 豆腐のみそ汁 細切り昆布の煮もの	ごま油	ごはん 片栗粉4 米粉4 油 三温糖1	牛乳 鶏肉40	グリーンアスパラ8	濃口しょうゆ2 みりん1 塩 しょうゆ	653 23.9 グリーンアスパラを味わおう	
		煮干し(だし用)	三温糖1 油1	豆腐20 干しわかめ0.5 合わせみそ9 細切り昆布1.5 油揚げ8	たまねぎ20 つきこんにやく20 むき枝豆5	煮干し(だし用)3 濃口しょうゆ1.5		
4月	ごはん 牛乳 まめまめカレー 和風サラダ	カレールウ(小麦・乳)	ごはん / カレールウ16 じゃがいも20 油0.5 イタリアンドレッシング5	牛乳 / ひよこめめ5 豚ひき肉10 だいず20 わかめ0.5	にんじん10 たまねぎ40 むき枝豆5 にんにく0.5 しょうが0.5 りんごピューレ3 きゅうり20 もやし20 にんじん3	野菜ブイオン0.5 しょうゆ0.02 濃口しょうゆ1 塩	598 19.7 歯を強くする食べ物について知ろう(虫歯予防デー)	
	ごはん 牛乳 いわしの梅煮 みそ汁 きゅうりと海そうの酢の物	いわしの梅煮(いわし・小麦) 煮干し(だし用)	(冷)いわし梅煮(砂糖・片栗粉) 上白糖1	(冷)いわし梅煮(いわし)40g 厚揚げ20 合わせみそ9 干わかめ0.5 海そうミックス0.2	にんじん5 ねぎ5 ごぼう5 だいこん20 きゅうり23 にんじん2	いわし梅煮(しょうゆ・本みりん・塩) 煮干し(だし用)3 酢1.5 塩 薄口しょうゆ0.5	561 21.8 和食に親しもう	
	減量ミルクパン 牛乳 ベーコンの和風スパゲティ キャベツと枝豆のソテー すいか	ミルクパン(小麦・乳) スパゲティ(小麦)	ミルクパン スパゲティミニ30 オリブ油1	牛乳 ベーコン8	にんじん5 たまねぎ20 小松菜5 にんにく0.5 冷凍えのきだけ5	昆布菜0.3 がらスープ・ポーク&チキン5 薄口しょうゆ3 塩 しょうゆ 白ワイン1 薄口しょうゆ0.5 塩 しょうゆ	630 22.5 すいかについて知ろう	
9月	給食はありません(予定)							
10月	かしわごはん 牛乳 豚肉と厚揚げの煮もの 清汁 アセロラゼリー		ごはん 上白糖1 三温糖1	牛乳 鶏肉15 生揚げ40 豚肉20 昆布0.5 かまぼこ7	にんじん5 ごぼう5 たけのこ水煮5 干しいたけ0.5 むき枝豆5	塩 薄口しょうゆ2 出し昆布0.5 みりん1 酒1 濃口しょうゆ2 薄口しょうゆ3 薄口しょうゆ1 だし汁(昆布)	605 25.8 ハッピーにんじんを探そう	
	ごはん 牛乳 うま煮 春雨の和えもの せん茶ふりかけ	かまぼこ	ごはん じゃがいも50 三温糖2 春雨3 三温糖1 三温糖0.2	牛乳 豚肉15 生揚げ20 油揚げ3 刻みのり2.5 ゆかり0.6	つきこんにやく20 さやいんげん5 にんじん5 たまねぎ40 にんじん3 きゅうり20 きくらげ0.5 煎茶0.5	濃口しょうゆ6 酒0.5 酢1.5 薄口しょうゆ2 塩	562 20.9 お茶の産地について知ろう(和食に親しもう)	
	ごはん 牛乳 白身魚のオリーブオイル焼き 切干大根の含め煮 もずく入りみそ汁 ぶどうゼリー	白身魚 煮干し(だし用)	ごはん オリーブオイル2 三温糖0.5 ぶどうゼリー(糖類)	牛乳 白身魚(40)1切れ 油あげ3 もずく5 厚揚げ15 合わせみそ9	粉パセリ0.02 切干大根5 しらす15 ごぼう12 きくらげ0.5 にんじん3 にんじん5 たまねぎ20 冷凍うれん草15/ぶどうゼリー(ぶどう果汁)	塩 しょうゆ 濃口しょうゆ1 酒1 煮干し(だし用)3	616 24.6 歯を強くする食べ物について知ろう	
13月	食パン いちごジャム&マーガリン 牛乳 ミートボールのスープ さつまいもチップス キャベツとささ身のサラダ	食パン(小麦・乳) マーガリン(乳・大豆) ミートボール(小麦) さつまいもチップス(さつまいも・砂糖・油) 野菜いっぱい和風ドレッシング5	食パン / いちごジャム5.5 マーガリン5.5 じゃがいも40 油 さつまいもチップス(さつまいも・砂糖・油) 野菜いっぱい和風ドレッシング5	牛乳 (冷)ミートボール(6g)(牛・豚・鶏・大豆・パン粉)30 大豆水煮5 ささ身8	にんじん10 たまねぎ15 粉パセリ0.01 にんにく0.2 キャベツ20 コーン5 枝豆10 にんじん5	がらスープ・ポーク&チキン5 野菜ブイオン1 塩 洋しょうゆ 野菜の栄養について知ろう	524 21.8	
	ごはん 牛乳 白身魚フライ カレースープ 野菜ソテー	白身魚 パン粉 小麦粉	ごはん パン粉 小麦粉 でん粉 油 じゃがいも30 油	牛乳 白身魚(50)1きれ(大豆) ベーコン5 大豆水煮15	にんじん5 たまねぎ20 パセリ0.02 キャベツ15 もやし20 にんじん5 コーン5	塩 塩 しょうゆ カレー粉0.2 薄口しょうゆ0.5 がらスープ・ポーク&チキン5 野菜ブイオン0.5	615 21.8 野菜の栄養について知ろう	
	五目ごはん 牛乳 わかめうどん 佐賀みかんゼリー		ごはん 油1 三温糖1	牛乳 / ひじき0.5 鶏肉15 油あげ5 干わかめ1	ごぼう5 にんじん5 干しいたけ0.3 さやいんげん3 つきこんにやく10 にんじん5 たまねぎ20 ねぎ5	濃口しょうゆ2 酒0.5 みりん1 薄口しょうゆ4酒0.5みりん1煮干し(だし用)3	580 18.4 6月生まれのお友だちをお祝いしよう	
18月	ごはん 牛乳 鶏肉のレモン揚げ キャベツのソテー 野菜スープ		ごはん 片栗粉3 米粉2 油 砂糖0.5 油1	牛乳 鶏肉40 ベーコン5 生揚げ10	レモン果汁2 にんじん5 キャベツ25 コーン8 にんじん5 たまねぎ20 小松菜7 冷えのき菜5	塩 しょうゆ 濃口しょうゆ1 塩 しょうゆ 薄口しょうゆ0.2 がらスープ・ポーク&チキン5 野菜ブイオン1濃口しょうゆ2.5	577 20.1 キャベツについて知ろう	
	ごはん 牛乳 新じゃがいもと豚肉の煮もの 納豆 三色野菜炒め		ごはん じゃがいも50 三温糖2 油1 油	牛乳 豚肉20 厚揚げ20 納豆1個	干しいたけ0.5つきこんにやく10むき枝豆5 ごぼう15 にんじん10 たまねぎ40 もやし30ホールコーン8ピーマン5	みりん1 酒0.5 濃口しょうゆ5 塩 しょうゆ	620 26.1 和食に親しもう	
	ミルクパン 牛乳 焼きビーパン 小松菜と切干大根のサラダ	ミルクパン(小麦・乳)	ミルクパン ビーパン20 油 野菜いっぱい和風ドレッシング5	牛乳 豚肉20 大豆フレーク3	にんじん5 たまねぎ20 きくらげ1 ピーマン10 キャベツ30 もやし10 にんにく0.3 小松菜10 切干大根2 にんじん5 きゅうり20	がらスープ・ポーク&チキン5 ウスターソース2 うすちしょうゆ1 しょうゆ 塩 しょうゆ	650 26.7 かむ力をつけよう	
23月	ごはん 牛乳 白身魚のいそべ揚げ 切干大根の和え物 新じゃがいものみそ汁	白身魚	ごはん 油 片栗粉3 米粉3 三温糖0.5	牛乳 白身魚40 青のり0.3	にんにく0.2 しょうが0.2 切干大根3 にんじん5 きゅうり27 だいこん20 にんじん5	塩 酒 オールスパイス 薄口しょうゆ2 煮干(だし用)3	588 23.1 はしを正しく持とう	
	ごはん 牛乳 豚肉のバーベキューソース煮 キャベツとピーマンの炒めもの けんちん汁	煮干し(だし用)	ごはん はちみつ1 油	牛乳 豚肉50 豆腐20 昆布粉0.01	トマトジュース10 みかんジュース10 キャベツ35 ピーマン5 にんじん5 にんじん5だいこん15つきこんにやく10ごぼう10ねぎ5 きくらげ1	赤ワイン1 ウスターソース1.5 濃口しょうゆ1.5 しょうゆ 塩 しょうゆ 薄口しょうゆ3濃口しょうゆ1煮干し(だし用)3	552 25.0 手作りのソースについて知ろう	
	ごはん 牛乳 鶏のから揚げ 茎わかめの炒り煮 豆腐のみそ汁		ごはん 片栗粉3 米粉3 油 三温糖0.5 油	牛乳 鶏肉40 (乾)茎わかめ0.7 油揚げ4 (※)豆腐20 干わかめ0.5 合わせみそ9	にんにく0.2 しょうが0.2 にんじん3 つきこんにやく20 むき枝豆5 にんじん5 たまねぎ20	塩 しょうゆ オールスパイス パリパリ粉 薄口しょうゆ1 みりん1濃口しょうゆ1 煮干し(だし用)3	626 23 みんなで協力して給食の準備をしよう	
26月	ごはん 牛乳 豚肉のしょうが焼き かぼちゃのみそ汁 ごぼうとひじきの炒り煮	煮干し(だし用)	ごはん 三温糖0.5 油 油 三温糖0.5	牛乳 豚肉50 干わかめ0.2 合わせみそ9 大豆水煮10 ひじき1 油揚げ5	しょうが0.8 にんじん5 たまねぎ20 かぼちゃ20 ねぎ5 にんじん5 ごぼう10 さやいんげん5	みりん 酒 濃口しょうゆ2 煮干し(だし用)3 みりん1 濃口しょうゆ1.5 塩	607 27.0 よくかんで食べよう	
	ミルクパン 牛乳 長崎ちゃんぽん 中華サラダ	ミルクパン(小麦・乳) ちゃんぽん麺(小麦) かつお節 去ばこ	ミルクパン ちゃんぽん麺60 油 三温糖1 油	牛乳 豚肉15 かまぼこ7 焼豚5	キャベツ30 たまねぎ20 にんじん5 もやし15 ホールコーン5 ねぎ5 きくらげ1 きゅうり20 チンゲン菜15にんじん3	がらスープ・チキン・ポーク&中華スープの素1 薄口しょうゆ2 塩 しょうゆ 酢1.5 濃口しょうゆ1塩	689 28.0 食事のマナーを守って食べよう	
	※4年生簡易給食 ミルクパン りんごジュース スイートポテト クラッカー 佐賀みかんゼリー	ミルクパン(小麦・乳) ※金曜日 パンです クラッカー(小麦・乳)	ミルクパン りんごジュース さつまいも 米粉 グラツガー20g(小麦粉・バター・チーズ) 佐賀みかんゼリー(異性化液糖、水飴)		豆乳 大豆たんぱく			
30月	ごはん 牛乳 ささ身の青のり揚げ きゅうりのレモン漬け わかめ汁		ごはん 米粉3 かたくり粉3 油 オリブ油2 上白糖0.3	牛乳 ささ身40 青のり0.3	きゅうり33 セロリ2 レモン果汁1 たまねぎ20 にんじん5 ねぎ5	野菜ブイオン0.02 塩 しょうゆ 薄口しょうゆ2 塩 がらスープ・ポーク&チキン5 薄口しょうゆ2 野菜ブイオン0.5	558 23.8 和食に親しもう	

* 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。

※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・パイン)