

令和8年3月学校給食予定献立表（南小・西小・川中用）




 お箸・スプーン等は各自で持参してください。
 献立の内容に合わせて「お箸」「スプーン」のマークを
 表示しておりますので準備する際の参考にしてください。

アレルギー表示記号

 …卵
  …牛乳・乳製品

 …エビ

佐賀市中部学校給食センター

日	献立名	アレルギー	体の組織を作る（あかのたべもの）		体の調子を整える（みどりのたべもの）		エネルギーになる（きのたべもの）		調味料	栄養価 エネルギー	
			1群 肉・魚・卵 豆・豆製品	2群 牛乳・小魚 海藻類	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物	5群 穀物・イモ類 砂糖	6群 脂質			
9月	ごはん						こめ			735kcal	
	ぎゅうにゅう			ぎゅうにゅう							
	いろどりやさいとキャベツのメンチカツ			いろどりやさいとキャベツのメンチカツ（小麦、大豆、鶏肉、豚肉）				あぶら			
	ウスターソース							ウスターソース（大豆、りんご）			
	やさいのカレーいため				あかパプリカ	キャベツ、たまねぎ		あぶら	カレーこ、しお、こしょう		
	のりしおポテト			あおのり			じゃがいも		しお		
	コンソメスープ				にんじん、パセリ	たまねぎ			しょうゆ、しお、こしょう、コンソメスープ（乳、小麦、大豆、鶏肉）		
10月	ごはん						こめ			792kcal	
	ぎゅうにゅう			ぎゅうにゅう							
	チンジャオロース			ぎゅうにく	ピーマン	たけのこ、しょうが、にんにく		あぶら	チンジャオロースようちょうみりょう（小麦、大豆）		
	あげぎょうざ			ギョーザ（小麦、大豆、ごま、豚肉）				あぶら			
	もやしのガーリックいため			ウィンナー（大豆、鶏肉、豚肉）	にんじん	もやし、にんにく		あぶら	しお、こしょう		
	はるさめスープ			かまぼこ（アレルギーなし）		ほうれんそう		はるさめ	しょうゆ、しお、ちゅうかのもと（乳、小麦、大豆）		
11月	ごはん						こめ			660kcal	
	ぎゅうにゅう			ぎゅうにゅう							
	さけのしおやき			サケ					さけ、しお		
	ひじきのいために			あぶらあげ	ひじき	にんじん	えだまめ	さとう	あぶら		しょうゆ、みりん
	れんこんきんぴら						れんこん	こんにやく、さとう	ごまあぶら、しろごま		しょうゆ、さけ、みりん、ほんだし（乳）
	だいこんのみそしる			あぶらあげ、あわせみそ、こめみそ		こねぎ	だいこん				ほんだし（乳）
12月	フレーンパン						フレーンパン			787kcal	
	ぎゅうにゅう			ぎゅうにゅう							
	マカロニグラタン			とりにく	スキムミルク（乳）チーズ（乳）	にんじん	マッシュルーム、たまねぎ	マカロニ	あぶら、マーガリン（乳、大豆）		シチューフレーク（小麦、乳、大豆、豚肉）、コンソメ（乳、小麦、大豆、鶏肉）
	ブロッコリーのガーリックソテー			ウィンナー（大豆、鶏肉、豚肉）		ブロッコリー	にんにく		あぶら		しお、こしょう
	カレーポテトコロッケ							カレーポテトコロッケ（小麦、豚肉、大豆）	あぶら		
	ようふうスープ	 		ベーコン（小麦、卵、乳、大豆、豚肉）		パセリ	たまねぎ				しお、こしょう、コンソメ（乳、小麦、大豆、鶏肉）
そつぎょうおめでとうデザート（小学校のみ）							そつぎょうおめでとうデザート（大豆）				
13月	ごはん						こめ			828kcal	
	ぎゅうにゅう			ぎゅうにゅう							
	すどり			とりにく	ピーマン、にんじん	たけのこ、しいたけ、たまねぎ、しょうが、にんにく		さとう、でんぷん	あぶら、ごまあぶら		しょうゆ、さけ、オイスターソース（大豆、カキ）、ケチャップ、す
	えびシューマイ			エビシューマイ（小麦、エビ、豚肉、大豆）							
	ほうれんそうのナムル				ほうれんそう	もやし、コーン、にんにく			ごまあぶら、しろごま		しょうゆ、しお
	ちゅうかスープ			ちくわ（アレルギー無し）			えのき、たまねぎ				ちゅうかスープ（小麦、大豆、鶏肉、ごま）、しょうゆ、しお

日	献立名	アレルギー	体の組織を作る (あかのたべもの)		体の調子を整える (みどりのたべもの)		エネルギーになる (きのたべもの)		調味料	栄養価 エネルギー
			1群	2群	3群	4群	5群	6群		
16月	ラーメン		肉・魚・卵 豆・豆製品	牛乳・小魚 海藻類	緑黄色野菜	その他の野菜・果物	穀物・イモ類 砂糖	脂質		878kcal
	ぎゅうにゅう			ぎゅうにゅう						
	みそラーメンスープ		やきふた (小麦、大豆、豚肉)			もやし、きくらげ、コーン	でんぷん	ごまあぶら	ちゅうかのもと (乳、小麦、大豆)、 ラーメンスープのもと (小麦、大豆)、 しょうゆ、こしょう	
	かぼちゃコロッケ			かぼちゃコロッケ (小麦、大豆)				あぶら		
	とりにくとやさいのXOジャンいため		とりにく	あかパプリカ、ピーマン	エリンギ、しょうが			ごまあぶら	やきにくのタレ (小麦、ごま、大豆、 もも、リンゴ)、XOジャン (エビ、 大豆)、しょうゆ、さけ、しお、こ しょう	
17火	ごはん						こめ			876kcal
	ぎゅうにゅう			ぎゅうにゅう						
	さわらのこうそうパンこやき		サワラ				パンこ	マーガリン (乳、大豆)、 マヨネーズ (卵、大豆、 リンゴ)	さけ、しお、こしょう、こうそうシー ズニング (アレルギー無し)	
	キャベツとウィンナーのソテー		ウィンナー (大豆、鶏肉、豚肉)	あかパプリカ	キャベツ			あぶら	しょうゆ、しお、こしょう、コンソメ スープ (乳、小麦、大豆、鶏肉)	
	えびフリッター		えびフリッター (エビ、小麦、大豆、ゼラチン、乳)						あぶら	
コーンスープ		スキムミルク (乳)	パセリ	コーン、コーンクリーム (アレルギー無し)				しお、こしょう、コンソメスープ (乳、小麦、大豆、鶏肉)、 コーンクリームスープ (小麦、乳、大豆、牛 肉)		
18水	ごはん						こめ			826kcal
	ぎゅうにゅう			ぎゅうにゅう						
	ふたにくとだいのあまからに		ふたにく	こねぎ	だいのん、しょうが	こんにゃく、さとう	ごまあぶら	さけ、みりん、しょうゆ、いちみつ がらし		
	だんしゃくいものぎゅうにくコロッケ					だんしゃくいものぎゅう にくコロッケ (卵、乳、 小麦、牛肉、大豆)	あぶら			
	にんじんしりしり		ツナ	にんじん		さとう	ごまあぶら	ほんだし (乳)、しょうゆ、しお		
とうふのみそしる	とうふ、あぶらあげ、こめみそ、あわせみそ						ほんだし (乳)			
19木	ごはん						こめ			909kcal
	ぎゅうにゅう			ぎゅうにゅう						
	ユーリンチー		とりにく	こねぎ、にんにく、しょうが		さとう、でんぷん	あぶら、ラー油、ごまあぶら	こしょう、しょうゆ、さけ、す		
	ふたにくとキャベツのしおダレいため		ふたにく	にんじん	キャベツ、ヤングコーン		あぶら	しおダレ (小麦、大豆)、しょうゆ		
ワンタンスープ		にら			ワンタン、でんぷん		ちゅうかスープ (小麦、大豆、鶏肉、 ごま)、しょうゆ、しお			
23月	ごはん						こめ			765kcal
	ぎゅうにゅう			ぎゅうにゅう						
	あまからいため(別アライよう)		ぎゅうにく		たまねぎ、にんにく		あぶら	しょうゆ、やきにくのたれ (小麦、ご ま、大豆、もも、リンゴ)、とうば んちゃん、てんめんちゃん (小麦、ご ま、大豆)		
	ゆでやさい(別アライよう)			にんじん、ピーマン	キャベツ			しお		
	いっしょくマヨネーズ							マヨネーズ (卵、大豆、 リンゴ)		
	いりたまご		いりたまご (卵、小麦、大豆)							
	わかめスープ			わかめ	えのき				ちゅうかのもと (乳、小麦、大豆)、 しょうゆ、しお	
ムース					ムース (乳)					

給食の準備・片付けについて

- 食べ残しは、そのままの状態でご返却してください。
- **ソース・マヨネーズの袋等のプラゴミや牛乳パック等の燃えるゴミは、各クラスで分別し、パントリーに持ってきてください。**

☆衛生管理には十分注意をして、温かいものは温かく、冷たいものは冷たいままの状態でご配送いたします。

☆栄養価は牛乳を含めたエネルギー量です。