

令和6年度 4月 学校給食予定献立表

若楠小学校

- ◎ 食に関する指導目標 食べ物と健康について知ろう
 - ◎ 給食指導目標 食べ物や作ってくれる人に感謝して食べよう
- 進級おめでとう献立…9日(火) 誕生おめでとう献立…30日(火)
 ハッピーにんじんの日…19日(金)



*しょうゆ濃口・薄口)及び中華スープの素は、小麦を含みます。
 *マヨネーズは卵が入っていません。
 *カレールウはアレルギー対応のルウです。(卵、乳不使用)
 *ハム、ウインナー、かまぼこ、ちくわ等練り製品に乳、卵は使用していません。
 *学校行事等により献立変更の際は、別途お知らせします。

※佐賀の野菜…なす、玉ねぎ、きゅうり、アスパラガス、トマト

日曜	献立名	献立のメッセージ	食品名			調味料	栄養価		
			主にエネルギーのもとになる(きいろ)	主に体をつくるもとになる(あか)	主に体の調子を整えるもとになる(みどり)		エネルギー(kcal)	たん白質(g)	
9 火	ごはん ポークハヤシライス	新級おめでとう	ごはん	牛乳	玉葱 人参 マツタケ	ハヤシルー 赤ワイン	牛乳(乳)	622	19.5
	じゃが芋 油		豚肉	トマト缶	トマト缶				
	油 砂糖		ひじき	にんじん キャベツ きゅうり とうもろこし	醤油				
	ひじきサラダ	青りんごゼリー	ゼリー1個						
10 水	食パン 照り焼きバーグ そえ野菜 コーンスープ	ハンバーグサンドを作ろう	食パン	牛乳			食パン(小麦・乳) 牛乳(乳)	660	25.2
	マヨネーズ		照り焼きパティ1個	キャベツ きゅうり	塩				
	マカロニ 油		鶏肉 牛乳 スキムミルク	玉葱 コーン クリームコーン 人参 パセリ	シチュールー 白ワイン塩コショウ				
11 木	ごはん デジブルコギ ナムル 豆腐とわかめのスープ	デジブルコギを味わおう	ごはん	牛乳			牛乳(乳)	603	25.7
	ごま油 砂糖		豚肉	玉葱 にんにく 生姜 りんごピューレ	甜麺醬 醤油 コショウ				
	ごま油 ごま油		米みそ 厚揚げ	もやし ほうれん草 人参	醤油 みりん				
12 金	ごはん いわしの甘露煮 きゅうりとわかめの酢のもの 具だくさん汁	和食に親しもう	ごはん	牛乳			牛乳(乳)	574	21.9
	ごま 上白糖 ごま油		干しわかめ オーシャンキング	きゅうり にんじん	酢 塩 薄口しょうゆ				
	じゃがいも		米みそ 厚揚げ	たまねぎ にんじん ごぼう 小松菜	煮干し(だし用)				
15 月	ミルクパン 焼きそば 中華和え	片付けをちきんとしよう	ミルクパン	牛乳			ロールパン(小麦・乳) スパゲッティ(小麦) 牛乳(乳)	565	23.2
	スパゲッティ		豚肉 竹輪 青のり 鰹節	キャベツ 玉葱 もやし 人参 ねぎ	焼きそばソース 中濃ソース				
	ナムルドレッシング		ささみ	きゅうり キャベツ 人参	酒 塩コショウ				
16 火	ごはん 豚肉の生姜焼き 野菜炒め さつま汁	食事の前には手を洗おう	ごはん	牛乳			牛乳(乳)	651	27.6
	砂糖		豚肉	生姜	醤油酒みりん塩				
	油		鶏肉 煮干 米みそ 油あげ	キャベツ 人参 玉ねぎ もやし	塩こしょう				
17 水	ミルクパン スパゲティミートソース ごまドレサラダ	1年生の給食が始まります	ミルクパン	牛乳			ロールパン(小麦・乳) スパゲッティ(小麦) デミグラスソース(小麦)	578	23.3
	スパゲティミートソース		豚ひき肉 大豆	たまねぎ にんじん しめじ トマト缶					
	ごまドレッシング		ハム	キャベツ きゅうり パプリカ コーン					
18 木	麦ごはん ポークカレー フルーツヨーグルト	食事のマナーを守って食べよう	麦ごはん	牛乳			牛乳(乳)	646	19.5
	じゃがいも カレールウ 油		豚肉	にんじん たまねぎにんにく りんごピューレ	からスープ ブイオン カレー粉 ターメリック				
			ヨーグルト	みかん缶 バイン缶 もも缶 ナタデココ	塩こしょう				
19 金	ごはん 鶏のからあげ 春雨サラダ みそ汁	ハッピーにんじん	ごはん	牛乳			牛乳(乳)	659	23.6
	片栗粉 小麦粉 油		鶏肉	にんにく	醤油 酒 みりん				
	春雨 ごま ごま油 砂糖		ハム	きゅうり 人参	醤油 酢 塩				
22 月	セサミトースト グリーンサラダ マカロニと野菜のスープ	牛乳の栄養について知ろう	食パン ごま バター マーガリン	牛乳			牛乳(乳)	594	19.1
	和風ドレッシング		ささみ	きゅうり キャベツ 枝豆 アスパラ					
	マカロニ		ミートボール	玉葱 白菜 人参 パセリ コーン	醤油 アイソクワン 塩コショウ				
23 火	ごはん 白身魚フライ ひじきの炒め煮 みそ汁	てっちゃん給食です(鉄分たっぷり給食)	ごはん	牛乳			牛乳(乳)	612	22.7
	小麦粉 パン粉 油		ホギ		清酒 塩こしょう				
	砂糖		さつま揚げ ひじき	にんじん にんにく 椎茸 枝豆	濃口しょうゆ みりん				
24 水	黒糖パン 野菜ラーメン 野菜の中華ナムル	春キャベツについて知ろう	黒糖パン	牛乳			牛乳(乳)	566	23.9
	ラーメン ごま油		焼き豚 みそ	キャベツ 玉ねぎ もやし 人参	からスープ白湯				
	ナムルドレッシング		ささみ	にんじん きゅうり とうもろこし ほうれん草	醤油 酒 みりん				
25 木	ごはん 新じゃがの煮物 おかか和え 焼きのり	新じゃがを味わおう	ごはん	牛乳			牛乳(乳)	574	19.9
	じゃがいも 砂糖 油		鶏肉 厚揚げ	たまねぎ にんじん 干しいたけ	濃口しょうゆ みりん 清酒 かつおだし				
	砂糖		ちくわ かつお節	小松菜 もやし にんじん	みりん しょうゆ				
26 金	たけのこごはん ちくわの磯辺揚げ すまし汁	旬の食品を知ろう(たけのこ)	ごはん ごま 砂糖 油	牛乳			牛乳(乳)	596	24.9
			鶏肉 油揚げ	たけのこ 人参 いんげん 干椎茸	醤油 酒 みりん				
			小麦粉 油	竹輪1/2本青のり	にんにく				
29 月	昭和の日								
30 火	チキンライス 春野菜のクリームスープ ぶどうゼリー	誕生おめでとう献立	ごはん 油	鶏肉 牛乳	玉葱 人参 マツタケム ビーマン	チキンプ ソース 塩コショウ	牛乳(乳)	621	19.4
	じゃがいも 油		ベーコン 牛乳	玉葱 キャベツ 人参 しめじ	ワイン				
	ゼリー1個			アスパラガス パセリ	シチュールー ワイン 塩コショウ				

※第3金曜日・土・日は佐賀県食育の日