

令和7年度 5月 学 校 給 食 予 定 献 立 表 若楠小学校									
◎ 食に関する指導目標			食品について知ろう			 *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時は、別途お知らせします。			
◎ 給食指導目標			給食の決まりを覚えよう						
端午の節句献立…1日(木)			誕生おめでとう献立…7日(水)						
ハッピーにんじんの日…16日(金)									
※佐賀の食材…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	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)	栄養価 エネルギー(kcal)	たん白質(g)
1 木	鶏と新ごぼうの混ぜご飯 牛乳 春キャベツのごま和え わかたけ汁 子供の日ゼリー	端午の節句	ごはん ごま 油 砂糖 ごま 練りごま 砂糖 ゼリー 1個	牛乳 鶏肉 油揚げ わかめ 豆腐	人参 ごぼう 椎茸 枝豆 キャベツ にんじん きゅうり たまねぎ にんじん たけのこ	醤油 みりん 酒 塩 濃口しょうゆ みりん かつお昆布だし しょうゆ 塩	牛乳(乳)	584	20.3
2 金	1年生を迎える会 おべんとう・すいとんをもってきましょう								
7 水	ピタパン 焼肉 そえ野菜 マカロニとトマトのスープ ぶどうゼリー	誕生おめでとう献立	ピタパン 砂糖 ごま油 マヨネーズ マカロニ 油 ぶどうゼリー	牛乳 豚肉 赤みそ ウインナー	玉葱 しょうが にんにく りんごビュレ キャベツ 人参 玉葱 人参 キャベツ パセリ トマト水煮 しめじ にんにく	醤油 酒 焼肉タレ キャベツ 人参 パイロ 塩コショウ トマトビュレ ケチャップ	牛乳(乳) ピタパン(小麦) マカロニ(小麦)	608	24.0
8 木	ごはん いわしのしょうが煮 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 ごま 上白糖 ごま油 じゃがいも 麦ごはん じゃがいも 油 ももジュレ	牛乳 いわしのしょうが煮1個 干しわかめ オーシャンキング 米みそ 厚揚げ	きゅうり にんじん たまねぎ にんじん ごぼう 小松菜	酢 しょうゆ 煮干し(だし用)	牛乳(乳)	591	20.3
9 金	麦ごはん まめまめカレー キラキラフルーツ	朝ごはんを食べよう	麦ごはん じゃがいも 油 ももジュレ	牛乳 豚肉 大豆 レッドキドニー ひよこ豆	玉葱 人参 にんにく りんごビュレ みかん缶 バイン缶 桃缶 ナタデココ	カレールー 赤ワイン	牛乳(乳) カレールウ(小麦)	644	18.6
12 月	セサミトースト ささみと野菜のサラダ チキンクリームスープ	カルちゃん給食です (カルシウムたっぷり給食)	食パン ごま マーガリン 和風ドレッシング マカロニ 油	牛乳 ささみ 鶏肉 牛乳 スkimミルク	きゅうり キャベツ 枝豆 パプリカ 玉葱 とうもろこし キャベツ 人参 パセリ	ヘルシーファーム白ワイン塩コショウ	牛乳(乳) 食パン(小麦・乳) マーガリン(乳) マカロニ(小麦)	609	19.5
13 火	ごはん マーボー豆腐 パンサンスー	マーボー豆腐を味わおう	ごはん ごま油 三温糖 片栗粉 春雨 ごま ごま油 砂糖	牛乳 豚肉 豆腐赤みそ 焼き豚	たまねぎ にんじん たけのこ 干ししいたけ しょうが にんにく ねぎ もやし きゅうり にんじん	がらスープ しょうゆ 酒 トウバンジャン テンメンジャン 塩こしょう しょうゆ りんご酢	牛乳(乳)	594	21.6
14 水	ミルクパン ナポリタン ハムのマリネ チーズ	新玉葱について知ろう	ミルクパン スバゲティ オリーブ油 フレンチドレッシング チーズ1個	牛乳 ウインナー 粉チーズ ロースハム チーズ1個	たまねぎ にんじん マッシュルーム トマト水煮 ビーマン にんにく パセリ 玉葱 大根 きゅうり にんじん	トマトビュレ ケチャップ ソース 塩 こしょう バイオン 赤ワイン	ミルクパン(小麦乳) 牛乳(乳) スバゲティ(小麦) チーズ(乳)	580	22.9
15 木	ごはん 魚のカレー揚げ きゅうりともやしのおかか和え 春雨汁	うすあじくん給食(減塩給食)	ごはん 小麦粉 片栗粉 油 砂糖 春雨	牛乳 ホキ かつお節 昆布 かつお節	きゅうり もやし 人参 玉葱 ほうれん草 人参 えのき ねぎ	酒 塩 カレー粉 醤油 醤油 みりん 塩	牛乳(乳) 小麦粉(小麦)	564	21.6
16 金	ごはん 豚肉の生姜焼き 野菜炒め さつま汁	ハッピーにんじん	ごはん 砂糖 油 さつまいも	牛乳 豚肉 鶏肉 煮干 米みそ 油あげ	生姜 キャベツ 人参 玉ねぎ もやし 大根 ごぼう 人参 しめじ こんにゃく ねぎ	醤油酒みりん塩 塩こしょう	牛乳(乳)	623	25.4
19 月	ミルクパン ハニーマスタードチキン イタリアンサラダ コンソメスープ	なんでも食べよう	ミルクパン 油 片栗粉 イタリアンドレッシング マカロニ	牛乳 鶏肉 ハム ベーコン	キャベツ きゅうり パプリカ ほうれん草 にんじん キャベツ 玉ねぎ パセリ にんにく	はちみつマスタード酒 醤油塩コショウ こしょう ワイン 塩	牛乳(乳) ミルクパン(小麦乳) マカロニ(小麦)	658	26.6
20 火	わかめごはん 具うどん 野菜とささみのごまあえ	後片付けをきれいにしよう	ごはん ごま うどん ごま 油 砂糖	牛乳 鶏肉 油あげ かまぼこ 煮干し ささみ	椎茸 玉ねぎ にんじん ごぼう しめじ 葉ねぎ もやし ほうれんそう 人参	わかめごはんの素 しょうゆ 酒 塩 醤油	牛乳(乳) うどん(小麦)	581	22.4
21 水	食パン なすのミートグラタン 野菜スープ ブルーベリージャム	なすについて知ろう	食パン 油 パン粉 じゃがいも 油 ブルーベリージャム	牛乳 大豆 豚ひき肉 チーズ ベーコン	なす たまねぎ コーン トマト 粉パセリ たまねぎ キャベツ たまねぎ にんじん しめじ ほうれん草	デミグラスソース トマトビュレ ケチャップ 塩こしょう パイオン 塩 こしょう 白ワイン 薄口しょうゆ がらスープ	食パン(小麦乳) 牛乳(乳) デミグラスソース(小麦) チーズ(乳)	607	25.1
22 木	ごはん 魚の変わり焼き 春雨の炒め物 すまし汁	よく噛んで食べよう	ごはん マヨネーズ 砂糖 春雨	牛乳 ホキ 豚肉 ちくわ かつお節 わかめ こんぶ	リテーオニオン にんじんビュレ たけのこ ごぼう 枝豆 ねぎ しょうが 玉ねぎ にんじん ねぎ えのき	酒 濃口しょうゆ しょうゆ 塩 酒	牛乳(乳)	596	23.7
23 金	麦ごはん ハッシュドチキン ツナごぼうサラダ	よい姿勢で食べよう	麦ごはん ビーフシチュールウ 油 マヨネーズ ごまドレッシング ごま	牛乳 鶏肉 ツナ	玉ねぎ にんじん にんにく しめじ トマト缶 ごぼう にんじん きゅうり	デミグラスソース ソースワイン デミグラスソース(小麦)	牛乳(乳) シチュールウ(乳) デミグラスソース(小麦)	645	19.8
26 月	食パン ポークビーンズ コールスローサラダ スライスチーズ	ポークビーンズについて知ろう	食パン じゃがいも 油 コールスロードレッシング	牛乳 豚肉 大豆 レッドキドニー ロースハム スライスチーズ	玉ねぎ にんじん キャベツ キャベツ きゅうり にんじん とうもろこし	トマトビュレ ケチャップ塩 パリハウーソース こしょう がらスープ ワイン	牛乳(乳) 食パン(小麦乳) チーズ(乳)	580	24.4
27 火	ごはん ビビンバ ワンタンスープ	ビビンバを味わおう	ごはん 砂糖 油 ごま ごま油 ワンタン	牛乳 牛肉 鶏肉	筍 ぜんまい 生姜 にんにく もやし ほうれん草 にんじん 人参 チンゲン菜 きくらげ 玉ねぎ	醤油 酒 コチュジャン 焼肉タレ 醤油 みりん 醤油 酒 チキンスープ	牛乳(乳) ワンタン(小麦)	626	25.8
28 水	黒糖パン 皿うどん フルーツ杏仁	皿うどんについて知ろう	黒糖パン チャーメン かたくり粉 杏仁豆腐 砂糖	牛乳 豚肉 かまぼこ	キャベツ たまねぎ もやし にんじん きくらげ みかん缶 バイン缶 みかん缶 ナタデココ	がらスープ 中華スープの素 オイスターソース 薄口しょうゆ 塩	牛乳(乳) 黒糖パン(乳・小麦) チャーメン(小麦) 杏仁豆腐(乳)	622	21.7
29 木	ごはん さばの塩焼き 豚肉と新ごぼうの煮もの かきたま汁	せんいくん給食です (食物繊維たっぷり給食)	ごはん 砂糖 油	牛乳 さば 昆布 かつお節 たまご	ごぼう こんにゃく にんじん 枝豆 玉葱 小松菜 人参 えのき ねぎ	みりん 酒 濃口しょうゆ 醤油 みりん 塩	牛乳(乳) たまご	572	26.1
30 金	キムタクごはん 春巻き 豆腐とチンゲン菜のスープ	キムタクごはんを味わおう	ごはん 油 ごま油 ビーフン	牛乳 豚肉 春巻き1個 鶏肉	たくわん キムチ にら にんにく にんじん チンゲン菜 たまねぎ きくらげ	醤油 みりん 薄口しょうゆ がらスープ 中華スープの素 塩	牛乳(乳) 春巻き(小麦)	631	20.4

※第3金曜日・土・日は佐賀県食育の日