

◎ 食に関する指導目標 食品について知ろう
 ◎ 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(金) 誕生おめでとう献立…20日(水)
 ハッピーにんじんの日…15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



*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。
 *マヨネーズとドレッシング類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。



日 曜	献立名	献立の メッセージ	食 品 名 ※食材の入荷状況で献立が変更になる場合もあります。ご了承ください。			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)	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
			主に体をつくるものとなる (あか)	主にエネルギーのもととなる (きいろ)	主に体の調子を整えるものとなる (みどり)			
1 金	鶏と新ごぼうの混ぜご飯 キャベツのいそか和え わかたけ汁 かしわもち	端午の節句について知ろう	牛乳、鶏肉、油揚げ 焼きのり 豆腐、わかめ	ごはん、三温糖 かしわもち	人参、ごぼう、干椎茸、枝豆 キャベツ、人参、きゅうり、アスパラガス たけのこ、玉ねぎ、人参、小ねぎ	濃口・薄口しょうゆ、酒、みりん 濃口しょうゆ かつお節(だし)、だし昆布 淡口しょうゆ、酒、塩	牛乳(乳)	607 21.1
7 木	ごはん 新玉ねぎのポークチャップ カレーポテト みそ汁	新玉ねぎについて知ろう	牛乳 豚肉 豆腐、わかめ、みそ	ごはん 上白糖、サラダ油、かたくり粉 じゃがいも	新玉ねぎ 玉ねぎ、人参、しめじ	パセリ粉、トマケチャップ 塩、こしょう、ブイヨン、ウスター 塩、こしょう、カレー粉 煮干し(だし用)、みりん	牛乳(乳)	566 21.0
8 金	ごはん いわしの梅煮 きゅうりとわかめの酢のもの 沢煮碗	和食に親しもう	牛乳 いわしの梅煮 わかめ 豚肉	ごはん ごま、上白糖、ごま油 サラダ油	きゅうり、人参 たけのこ、ごぼう、玉ねぎ、人参、干椎茸、小ねぎ	酢、薄口しょうゆ かつお節(だし)、だし昆布、薄口、塩	牛乳(乳) いわし梅煮(小麦)	629 24.1
11 月	ミルクパン、青りんごゼリー 鶏肉のエスニカン チーズサラダ	カルちゃん給食です(カルシウムたっぷり給食)	牛乳 鶏肉、牛乳、スキムミルク 白いんげんビュレ チーズ	ミルクパン、青りんごゼリー じゃがいも バター、薄力粉、サラダ油 マヨネーズ	玉葱、人参、マッシュルーム キャベツ、人参、きゅうり、コーン	パセリ粉、がらスープ、塩 ブイヨン、白ワイン、こしょう	牛乳(乳) ミルクパン(小麦、乳) スキムミルク、バター、チーズ(乳) 薄力粉(小麦)	710 23.5
12 火	ごはん、のり佃煮 肉うどん 野菜のしそ昆布和え	はしを正しく持とう	牛乳 牛肉、油揚げ、かまぼこ しそ昆布	ごはん うどん、麺、サラダ油	ほうれん草、玉ねぎ、人参、葉ねぎ 干椎茸 キャベツ、人参、きゅうり	煮干し(出し)、酒 淡口しょうゆ、塩 濃口しょうゆ	牛乳(乳) のり佃煮(小麦) うどん、麺(小麦)	580 22.7
13 水	ココア揚げパン ひじきと野菜のサラダ ビーンズスープ	ココアあげパンを味わおう	牛乳 ハム、ひじき ベーコン、大豆	ココアパン、ココア、上白糖、揚げ油 マカロニ(シエル)	キャベツ、人参、きゅうり、コーン 玉ねぎ、人参、ほうれん草、枝豆	和風ドレッシング がらスープ、白ワイン、塩 ブイヨン、薄口しょうゆ、こしょう	牛乳(乳) ココアパン(乳、小麦) マカロニ(小麦)	638 20.7
14 木	ごはん 魚の変わり焼き 春雨の炒め物 みそ汁	よくかんで食べよう	牛乳 ホキ 豚ひき肉 厚揚げ、みそ	ごはん マヨネーズ 春雨、三温糖、ごま油	ソテーオニオン、にんじんビュレ たけのこ、きくらげ、ねぎ、枝豆、おろし生姜 玉ねぎ、人参、しめじ、小ねぎ	酒、塩、こしょう 濃口しょうゆ、酒、みりん 煮干し(出し)、みりん	牛乳(乳)	599 24.9
15 金	麦ごはん チキンカレー 海藻サラダ	ハッピーにんじんの日	牛乳 鶏肉 海藻ミックス、まぐろツナ	麦ごはん じゃがいも、サラダ油 カレールウ	玉ねぎ、人参、おろしにんにく 枝豆、りんごビュレ キャベツ、人参、きゅうり、コーン	ウスターソース、赤ワイン トマケチャップ、カレー粉、ブイヨン 和風ドレッシング	牛乳(乳) カレールウ(小麦)	660 19.3
18 月	食パン、りんごジャム チリコンカン ヤングコーンのサラダ	チリコンカンについて知ろう	牛乳 豚ひき肉、大豆、ミックスビーンズ ハム	食パン、りんごジャム じゃがいも、三温糖 サラダ油	玉ねぎ、人参、枝豆、カットマト おろしにんにく キャベツ、人参、きゅうり、ヤングコーン	トマビュレ、ケチャップ、塩、チリパウダー ブイヨン、塩、こしょう、赤ワイン コーンクリームドレッシング	食パン(小麦、乳) 牛乳(乳)	572 21.8
19 火	ごはん さばの竜田揚げ ほうれん草のごま和え みそ汁	青魚について知ろう	牛乳 さば 油揚げ、わかめ、みそ じゃがいも	ごはん 薄力粉、かたくり粉、揚げ油 ごま じゃがいも	おろし生姜 ほうれん草、もやし、人参 玉ねぎ、人参、しめじ、小ねぎ	濃口しょうゆ、酒、みりん 濃口しょうゆ、みりん 煮干し(出し)、みりん	牛乳(乳) 薄力粉(小麦)	631 23.6
20 水	ミルクパン、フルーツムース ミートローフ そえ野菜 ブイヨンスープ	5月生まれのお友達をお祝いしよう♪	牛乳 牛ひき肉、豚ひき肉、おから ベーコン、大豆	ミルクパン、フルーツムース(卵不使用) パン粉、かたくり粉、三温糖 マカロニ(ツイスト)、サラダ油	ソテーオニオン、れんこん、おろしにんにく キャベツ、きゅうり、人参 ほうれん草、玉ねぎ、人参、コーン	塩、こしょう、ナツメグ、みりん 酒、濃口、デミグラスソース、酒、ケチャップ フレンチドレッシング がらスープ、ブイヨン、酒、薄口しょうゆ	牛乳、ムース(乳) ミルクパン(小麦、乳) パン粉(小麦) マカロニ(小麦)	681 24.3
21 木	ごはん マーボー豆腐 フルーツ杏仁	マーボー豆腐を味わおう	牛乳 豚ひき肉、豆腐、赤みそ テンメンジャン	ごはん ごま油、三温糖、かたくり粉 杏仁豆腐(卵不使用)	玉ねぎ、人参、たけのこ、白ねぎ、干椎茸 おろし生姜、おろしにんにく 黄桃缶、パイン缶、みかん缶、バナナ	がらスープ、濃口しょうゆ、酒 トウバンジャン、テンメンジャン	牛乳(乳) 杏仁豆腐(乳)	615 20.3
22 金	ごはん、ふりかけ 野菜ラーメン 揚げ春巻	ラーメンについて知ろう	牛乳、お魚ふりかけ(卵不使用) 豚肉、かまぼこ、みそ 春巻き	ごはん ラーメン、ごま油 揚げ油	玉ねぎ、人参、もやし、キャベツ、コーン 葉ねぎ、おろし生姜、おろしにんにく	薄口しょうゆ、がらスープ こしょう、中華スープ、白湯スープ	牛乳(乳) ラーメン、麺(小麦) 春巻きの皮(小麦)	681 21.7
25 月	食パン、チョコクリーム カレースープ ビーンズサラダ	後片付けをきちんとしよう	牛乳 豚肉、白いんげんビュレ ハム、ミックスビーンズ、大豆	食パン、チョコクリーム(乳不使用) じゃがいも、サラダ油、カレールウ シチュールウ(小麦、乳不使用)	玉ねぎ、人参、マッシュルーム 枝豆、おろしにんにく キャベツ、パプリカ、きゅうり、コーン	がらスープ、ブイヨン、カレー粉 赤ワイン、濃口しょうゆ、みりん コールスロドレッシング	牛乳(乳) 食パン(小麦、乳) カレールウ(小麦)	611 22.2
26 火	ごはん、ぶどうゼリー タコライス(肉) タコライス(野菜) オニオンスープ	タコライスを味わおう	牛乳 豚ひき肉、牛ひき肉、大豆 チーズ ベーコン	ごはん、ぶどうゼリー サラダ油	玉ねぎ、人参、ぶどうゼリー キャベツ、パプリカ、コーン 玉ねぎ、ソテーオニオン、人参、しめじ、おろしにんにく	トマケチャップ、塩、赤ワイン チリパウダー、ブイヨン がらスープ、白ワイン、薄口しょうゆ	牛乳(乳) チーズ(乳)	636 21.3
27 水	黒糖パン スパゲティ・ポロネーゼ れんこんサラダ	スパゲティについて知ろう	牛乳 牛ひき肉、粉チーズ まぐろツナ	黒糖パン スパゲティ、オリーブ油 マヨネーズ	玉ねぎ、人参、マッシュルーム セロリ、おろしにんにく れんこん、きゅうり、人参、コーン	デミグラスソース、ケチャップ、ビュレ ブイヨン、赤ワイン、塩、こしょう、パセリ粉	牛乳(乳) 黒糖パン(小麦) スパゲティ(小麦) 粉チーズ(乳)	625 22.9
28 木	ごはん 豚肉の生姜焼き 三色和え さつま汁	野菜を食べよう	牛乳 豚肉 鶏肉、みそ	ごはん 三温糖、サラダ油 ごま さつまいも	おろし生姜 キャベツ、人参、パプリカ 玉ねぎ、人参、ごぼう、葉ねぎ、大根、板こんにやく	濃口しょうゆ、酒、みりん 濃口しょうゆ 煮干し(出し)、酒	牛乳(乳)	625 26.0
29 金	ごはん さけの利休焼き 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)	牛乳 鮭 豚肉 たまご、豆腐、わかめ	ごはん ごま 三温糖、サラダ油 かたくり粉	ごぼう、つきこんにやく、人参、枝豆 玉ねぎ、人参、えのき、小ねぎ	酒、塩、薄口しょうゆ みりん、濃口しょうゆ、酒 かつお節(だし)、だし昆布、薄口、酒	牛乳(乳) たまご	587 28.4

※第3金曜日・土・日は佐賀県食育の日