

令和2年度 3月 給食献立表

小城市学校給食センター

★毎月19日は「食育の日」★

日 (曜)	献立名	献立材料名 太字:小城市産の食材						栄養価	給食に関する行事 アレルギー特定原材料7品目 を含む食品表示 (えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生)	
		(赤)主に体を作るものとなる		(緑)主に体の調子を整えるものとなる		(黄)主にエネルギーのものとなる				
		1群 卵・肉・魚・大豆	2群 牛乳・海藻・小魚	3群 緑黄色野菜	4群 淡色野菜・ 果物・きのこ	5群 穀類・いも類	6群 油脂類			調味料等
1月	☆☆三日月中 2年2組 菅波佑衣さんのリクエスト☆☆									
	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			ごはん		650	牛乳(乳) ぎょうざ(小麦)	
	餃子	ぎょうざ								
2月	中華サラダ			にんじん	きゅうり きくらげ	はるさめ、 さとう	ごまあぶら	しょうゆ、す		
	麻婆豆腐	ぶたにく、とうふ み そ、あかみそ		にんじん ねぎ	たまねぎ、 たけのこ、 しいたけ しょうが にんにく	さとう、 でんぶん	ごまあぶら、 あぶら	ポーク&チキンスープ、 トウバンジャン、 さけ、しお、しょうゆ	832	
	食べて応援！佐賀牛学校給食提供事業 最後です。									
2月	幼・小学・三中3年) ロールパン					ロールパン			631	ロールパン(小麦 乳)
	中学) 小型ミルクパン					こがた ミルクパン				小型ミルクパン(小麦 乳)
	牛乳		ぎゅうにゅう							牛乳(乳)
	佐賀牛ビーフシチュー	さがぎゅう		にんじん、 トマト	たまねぎ、 エリンギ、 えだまめ	じゃがいも	あぶら なまクリーム	ビーフシチュールウ ワイン、しお、 こしょう		ビーフシチュールウ(小麦 乳) 生クリーム(乳)
	トマトオムレツ	トマトオムレツ							858	トマトオムレツ(小麦 卵)
3月	☆☆ひなまつり献立☆☆									
3月	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			ごはん			620	中3年なし 牛乳(乳)
ちらし寿司の具	とりにく、 あぶらあげ、 かまぼこ、 きんしたまご		にんじん、 きぬさや	れんこん、 しいたけ	さとう	あぶら	さけ、みりん す、しょうゆ、しお		錦糸卵(小麦 卵)	
野菜のごまあえ			ほうれんそう、	キャベツ、きゅうり	さとう	すりごま ねりごま	しょうゆ			
魚豆腐のすまし汁	とうふ、 うおそうめん	わかめ、	にんじん、 ねぎ	たまねぎ、 えのきたけ			しょうゆ、しお、さけ、 かつおこんぶだし	750		
ひなあられ						ひなあられ				
4月	ロールパン					ロールパン			696	中3年なし ロールパン(小麦 乳) 牛乳(乳)
4月	牛乳		ぎゅうにゅう							牛乳(乳)
汁五目ビーフン	とりにく、 かまぼこ、		にんじん、 ねぎ	たまねぎ、 キャベツ、たけのこ きくらげ、しょうが にんにく	ビーフン	ごまあぶら、 あぶら	ソース、しょうゆ、みりん、 ポーク&チキンスープ さけ、しお、こしょう、			
春巻き	はるまき					あぶら			865	春巻き(小麦)
豚肉とピーマンの炒め物	ぶたにく		あかピーマン、 ピーマン	たまねぎ、 しいたけ しょうが にんにく	さとう、 でんぶん	ごまあぶら	しょうゆ、 オイスターソース、 さけ			
5月	☆☆晴田小 4年1組 山新田未来さんのリクエスト☆☆									
5月	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			ごはん			663	三日月中3年なし 牛乳(乳)
野菜たっぷり チキンカレー	とりにく		にんじん、 かぼちゃ トマト	たまねぎ、 ひす にんにく リンゴ	じゃがいも	あぶら	カレールウ、 ワイン、しお、		カレールウ(小麦 乳)	
カラフル根菜サラダ	ツナ		あかピーマン	ごぼう、れんこん、 キャベツ、きゅうり		マヨネーズ	ごまドレッシング、 こしょう、しょうゆ	843	ごまドレッシング(小麦)	
小城中3年のみデザート						おいわいケーキ				
8月	☆☆三里小 6年1組 深河賢人さん 下村紗良さんのリクエスト☆☆									
8月	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			ごはん			690	中学校なし 牛乳(乳)
和風おろしハンバーグ	ハンバーグ			だいこん にんにく	でんぶん さとう		しょうゆ、さけ、 みりん、		ハンバーグ(小麦 乳)	
野菜炒め			ごまつな	キャベツ、もやし、 たまねぎ		あぶら	しお、しょうゆ、 こしょう			
けんちん汁	とりにく、とうふ		にんじん、ねぎ	れんこん、ごぼう、 だいこん、しいたけ		あぶら	さけ、しょうゆ、しお かつおこんぶだし	-		
デザート						レモンムース				
9月	食パン 牛乳		ぎゅうにゅう			しよパン			636	中3年なし 食パン(小麦 乳) 牛乳(乳)
きなこバター						きなこバター				
プロバンス風 あじのグリル	あじ		トマト	たまねぎ にんにく	さとう	あぶら	こしょう、ワイン、 しお、ソース、バジル			
カラフル粉ふきいも			にんじん	コーン、えだまめ	じゃがいも	バター	しお、こしょう		バター(乳)	
パンプキンポタージュ	とりにく	ぎゅうにゅう、	にんじん、 かぼちゃ、	たまねぎ		あぶら なまクリーム	ホワイトルウ とりがらだし、 しお、こしょう、ワイン、 コンソメ	851	牛乳(乳) 生クリーム(乳) ホワイトルウ(小麦 乳) コンソメ(小麦 乳)	
10月	☆☆岩松小 6年松組 大石素々さんのリクエスト☆☆									
10月	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			ごはん			692	中3年なし 牛乳(乳)
鶏のごまだれてり焼き	とりにく			しょうが にんにく	さとう	ごま	さけ、みりん、 しょうゆ			
春雨サラダ				きゅうり、キャベツ もやし	はるさめ、 さとう	ごまあぶら	す、しょうゆ			
豚汁	ぶたにく、 あつあげ、みそ		にんじん、 ねぎ かぼちゃ	だいこん、 たまねぎ			さけ、みりん にほしだし	830		

※アレルギー表示について
アレルギー特定原材料7品目(卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに)を表示しています。
調味料のしょうゆ・酢の原料に小麦が使用されていますが、表示していません。
コンタミネーション等についても表示していません。

小城市産の食材を太字で紹介しています。

3月

地場産物の紹介

小城市産

・キャベツ ・きよみ ・じゃがいも ・にんじん
・ごはん(夢しずく) ・きゅうり ・なす



日 (曜)	献立名	献立材料名 太字:小 Cityの食材						栄養価 エネルギー (小 学校) エネルギー (中学校)	給食に関する行事 アレルギー特定原材料7品目 を含む食品表示 (えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生)		
		(赤)主に体を作るものとなる		(緑)主に体の調子を整えるものとなる		(黄)主にエネルギーのもととなる					
		1群 肉・魚・大豆	2群 牛乳・海藻・小魚	3群 緑黄色野菜	4群 淡色野菜・ 果物・きのこ	5群 穀類・いも類	6群 油脂類			調味料等	
11 木	小型黒糖パン 牛乳		ぎゅうにゅう				こがた こくとうパン		602 823	中3年なし 小型黒糖パン(小麦 乳) 牛乳(乳) ちゃんぽん麺(小麦)	
	ちゃんぽん	ぶたにく, かまぼこ		にんじん, ねぎ	たまねぎ,キャベツ, もやし,きくらげ にんにく,しょうが		ちゃんぽんめん	あぶら			しょうゆ,しお, こしょう, とりがらだし, ちゅうかあじ
	さつまいもと豆の りんかけ	だいず					さつまいも さとう	あぶら ごま			しょうゆ
	果物 (小城のきよみ)				きよみ						
12 金	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう				ごはん		622 790	中3年なし 牛乳(乳) 卵(卵)	
	チキンライス of 具	とりにく		トマト	たまねぎ, えだまめ		さとう	あぶら			ケチャップ,ワイン, ソース,しお,こしょう
	おからサラダ	おから,ツナ		にんじん	きゅうり		じゃがいも	マヨネーズ			くるこしょう
	キャベツと卵のスープ	ぶたにく,たまご		パセリ	キャベツ,たまねぎ, しいたけ			あぶら			とりがらだし,さけ しお,しょうゆ,ワイン
15 月	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう				ごはん		626 760	幼稚園・中3年なし 牛乳(乳)	
	さんまのゆず味噌煮	さんまのゆずみそに									
	五色野菜のごま酢和え			にんじん, ほうれんそう	ごぼう,きくらげ もやし		さとう	ごまあぶら, ごま			しょうゆ, みりん,す
	もずくスープ	とりにく とうふ	もずく	にんじん,ねぎ	たまねぎ,しいたけ しょうが		でんぶん	あぶら			しお,こしょう,しょうゆ, とりがらだし
16 火	食パン 牛乳		ぎゅうにゅう				しよくパン		676 890	幼稚園・中3年なし 食パン(小麦 乳) 牛乳(乳) バター(乳) 牛乳(乳) 生クリーム(乳) ホワイトルウ(小麦 乳) コンソメ(小麦 乳)	
	ポテトとたらのマヨ焼き	たら		パセリ			じゃがいも	マヨネーズ			
	ほうれん草と コーンソテー			ほうれんそう, あかピーマン	キャベツ, コーン			バター			しお,こしょう, しょうゆ
	野菜のクリーム煮	とりにく にくだんご	ぎゅうにゅう	にんじん, こまつな	だいこん, はくさい, たまねぎ,しめじ		なまクリーム	あぶら			ホワイトルウ, とりがらだし,コンソメ しお,こしょう,ワイン
17 水	☆☆桜岡小 6年雪組 西山剛さんのリクエスト☆☆						ごはん		697 826	年長・中3年なし 牛乳(乳) 小麦粉(小麦) イタリアンドレッシング(小麦 乳)	
	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう								
	チキン南蛮	とりにく			リンゴ		こむぎこ, でんぶん	あぶら			しお,こしょう,さけ しょうゆ,す,みりん
	一食タルタルソース							タルタル ソース			
	海そうサラダ	ツナ	かいそうミックス わかめ		きゅうり キャベツ			ごま			かんきつドレッシング イタリアンドレッシング
	具だくさんみそ汁	あぶらあげ,みそ		かぼちゃ, にんじん, ねぎ	ごぼう,だいこん, れんこん, こんにゃく						にほしだし
桜岡小6年のみデザート						おいおいケーキ					
18 木	ロールパン 牛乳		ぎゅうにゅう				ロールパン		652 815	年長なし 桜岡小・中3年なし ロールパン(小麦 乳) 牛乳(乳) スパゲッティ(小麦) マジエンバのタレ(小麦)	
	マジエンバ(麺)	とりにく		にんじん こまつな	たまねぎ きくらげ にんにく		スパゲッティ	あぶら			マジエンバのタレ, さけ みりん, かつおこんぶだし, しお,こしょう,しょうゆ
	マジエンバ(温野菜)			にんじん きピーマン	キャベツ, れんこん						しお しおこうじ
	一食刻みのり		いっしよく きざみのり								
	いわしのカリカリフライ	いわしの カリカリフライ						あぶら			
	三里小6年・晴田小6年・ 岩松小6年のみデザート						おいおいケーキ				
19 金	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう				ごはん		657 811	晴田幼・三日月幼年長なし 小学校なし 中3年なし 牛乳(乳) パン粉(小麦) コンソメ(小麦 乳) ワンタン(小麦)	
	焼きメンチカツ	ぶたにく,とりにく だいず,とうふ		パセリ	たまねぎ		パンこ	オリーブあぶら			ワイン,ナツメグ ソース, しお,こしょう
	野菜のカレー炒め			にんじん	キャベツ,もやし, えだまめ			あぶら			カレー,しお, こしょう,しょうゆ コンソメ
	ワンタンスープ	とりにく		にんじん, チンゲンサイ	たまねぎ, きくらげ		ワンタン	あぶら			とりがらだし,しょうゆ, さけ,しお,こしょう, ちゅうかあじ
22 月	麦ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう				おぎごはん		644 828	幼稚園・桜岡小なし 小6年・中3年なし 牛乳(乳) ハヤシルウ(小麦 乳) ローズハム(乳)	
	ハヤシルライス	ぶたにく		にんじん, トマト	たまねぎ, エリンギ		じゃがいも	あぶら			ハヤシルウ,ケチャップ ワイン,ソース,しょうゆ, しお,こしょう
	さっぱりレモン ハムサラダ デザート	ローズハム		ほうれんそう, にんじん	キャベツ, きゅうり, レモン		さとう	オリーブあぶら			しょうゆ, くるこしょう
23 火	照り焼きチキンピザ	とりにく	チーズ		たまねぎ		しよくパン さとう	あぶら, マヨネーズ	しょうゆ,さけ,みりん	633 800	幼稚園・桜岡小・晴田小なし 三里小・岩松小6年・中3年なし 食パン(小麦 乳) 牛乳(乳) チーズ(乳) 和風ドレッシング(小麦) コンソメ(小麦 乳)
	牛乳		ぎゅうにゅう								
	ココロサラダ			にんじん, ブロッコリー	きゅうり,だいこん, えだまめ				こしょう, わふうドレッシング		
	ポトフ	ぶたにく		にんじん ほうれんそう	だいこん,キャベツ たまねぎ,しめじ		じゃがいも	あぶら	ポーク&チキンスープ コンソメ,ワイン しお,こしょう		

※アレルギー表示について
アレルギー特定原材料7品目(卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに)を表示しています。
調味料のしょうゆ・酢の原料に小麦が使用されていますが、表示していません。
コンタミネーション等についても表示していません。

佐賀でとれる農産物は、大地のめぐみ
みがたくさんつまっているよ。えいよう
まん点!

3月

地場産物の紹介 ・パン ・牛乳 ・豚肉 ・大豆
佐賀県産 ・しょうゆ ・みそ ・赤黄ピーマン

