

# 令和3年度 5月 給食献立表

小城市学校給食センター

日(曜)	献立名	献立材料名 <b>太字:小城の食材</b>						調味料等	栄養価 エネルギー (小学校)  エネルギー (中学校)	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) 主に体を作るものになる		(緑) 主に体の調子を整えるものになる		(黄) 主にエネルギーのもとになる					
		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				
6 木	食パン 牛乳		ぎゅうにゅう				しょくパン		636	食パン(小麦 乳) 牛乳(乳) とんかつ(小麦)	
	とんかつ	とんかつ						あぶら			
	ドライカレー	ぶたにく、 とりにく		にんじん、 かぼちゃ	<b>たまねぎ</b> 、えだまめ しょうが、にんにく			あぶら	カレーパウ、しお こしょう、ワイン グチャップ	951	カレールウ(小麦 乳)
	トマトとキャベツの スープ	とりにく 、だいず		にんじん、 トマト、 ブロッコリー	キャベツ、 <b>たまねぎ</b> 、 しいたけ			あぶら	しおとりがらだし、 しょうゆ、こしょう、 ワイン		
7 金	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう				<b>ごはん</b>		653	牛乳(乳)	
	たけのこご飯の具	とりにく、 あぶらあげ		にんじん	<b>たけのこ</b> 、しいたけ、 えだまめ		さとう	あぶら			みりん、しょうゆ、こんぶちや
	がんもどきと 野菜のみそ煮物	さつまあげ、 がんもどき、 みそ		にんじん、 きぬさや	だいこん しょうが		じゃがいも 、さとう、 でんぶん	あぶら	さけ、みりん、かつおだし、 しょうゆ	806	
	沢煮汁	ぶたにく、 とうふ		にんじん、 <b>ねぎ</b>	<b>たまねぎ</b> 、ごぼう こんにやく			あぶら	さけ、しお、しょうゆ、 かつおこんぶだし、		
10 月	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう				<b>ごはん</b>		634	牛乳(乳) うずらの卵(卵)	
	中華丼	ぶたにく、 かまぼこ、 うずらたまご		にんじん 、こまつな	<b>たまねぎ</b> 、キャベツ、 たけのこ、しいたけ しょうが		でんぶん	ごまあぶら、 あぶら			ポーク&チキンスープ、 さけ、しょうゆ、 ちゅうかあじ、しお、 こしょう
	餃子	ぎょうざ								809	餃子(小麦)
	きゅうりの中華あえ	とりにく		にんじん	<b>きゅうり</b> 、レモン		ほるさめ 、さとう	ごまあぶら	しょうゆ、す		
11 火	ロールパン 牛乳		ぎゅうにゅう				ロールパン		651	ロールパン(小麦 乳) 牛乳(乳) スパゲッティ(小麦) ウインナー(乳)	
	ナポリタンスパゲティ	ウインナー		にんじん、 ピーマン、 トマト	<b>たまねぎ</b> 、エリンギ にんにく		スパゲッティ、 さとう	オリーブ あぶら			しお、グチャップ、しょうゆ ソース、こしょう
	おからサラダ	おから 、ツナ		あかピーマン	<b>きゅうり</b> 、 キャベツ、 <b>たまねぎ</b>			マヨネーズ	くるこしょう	850	
12 水	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう				<b>ごはん</b>		650	牛乳(乳) いわしのかぼすレモン煮 (小麦)	
	いわしのかぼすレモン煮	いわしの かぼすレモンに									
	にびたし	あぶらあげ かつおぶし		こまつな、 にんじん	キャベツ、もやし		さとう		みりん、しょうゆ	785	
	新じゃがのみそ汁	とうふ、 みそ		にんじん、 <b>ねぎ</b>	<b>たまねぎ</b> 、しめじ		<b>じゃがいも</b>		にほしだし		
13 木	ミルクパン 牛乳		ぎゅうにゅう				ミルクパン		670	ミルクパン(小麦 乳) 牛乳(乳)	
	ほうれん草グラタン		ほうれんそう グラタン								
	イタリアンサラダ			あかピーマン	<b>きゅうり</b> 、キャベツ、 <b>たまねぎ</b>				イタリアンドレッシング	870	イタリアンドレッシング (小麦 乳) ベーコン(乳) ホワイトソース(小麦 乳) 牛乳(乳)生クリーム(乳)
	グリーンピース ポターージュ	ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ、 グリーンピース	でんぶん、じゃがいも、 しろいんげんまめ	あぶら なまクリーム		ホワイトソース、 ポーク&チキンスープ、 しお、こしょう		
14 金	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう				<b>ごはん</b>		670	牛乳(乳) 小麦粉(小麦)	
	鶏肉の味噌かけ	とりにく、 みそ		にんにく、 しょうが			こむぎこ、 さとう	あぶら			しお、こしょう、 さけ、しょうゆ、 みりん
	豚肉とじゃがいも のきんぴら	ぶたにく		さやいんげん	ごぼう、 きピーマン		じゃがいも、 さとう	あぶら	しょうゆ、しお、こしょう、 ワイン、みりん	811	
	若竹汁		わかめ	にんじん、 <b>ねぎ</b>	<b>たけのこ</b> 、 <b>たまねぎ</b> 、 えのきたけ				しょうゆ、しお、さけ かつおこんぶだし		
17 月	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう				<b>ごはん</b>		635	牛乳(乳) 和風ドレッシング(小麦)	
	豚丼	ぶたにく		にんじん、 <b>ねぎ</b>	<b>たまねぎ</b> 、しいたけ しょうが、しらたき		さとう、 でんぶん	あぶら			しょうゆ、さけ、みりん、 かつおこんぶだし、 しお
	ひじきの彩りあえ		ひじき	にんじん	キャベツ、 <b>きゅうり</b> 、 えだまめ		さとう	ごま	しょうゆ、 わふうドレッシング		
	さがみかんゼリー						さがみかん ゼリー			757	
18 火	小型黒糖パン 牛乳		ぎゅうにゅう				<b>こがた こくとうパン</b>		636	小型黒糖パン(小麦 乳) 牛乳(乳) スパゲッティ(小麦)	
	ジャージャー麺	ぶたにく、 むぎみそ、 あかみそ		にんじん、 こまつな	<b>たまねぎ</b> 、たけのこ、 きくらげ、にんにく しょうが		スパゲッティ	あぶら、 ごまあぶら			しょうゆ、 トウバンジャン、 みりん、さけ、しお ポーク&チキンスープ
	厚揚げのオイスター ソース炒め	あつあげ、 とりにく		にんじん、 さやいんげん	<b>たまねぎ</b> 、 しょうが		さとう	あぶら	ちゅうかあじ、 オイスターソース、 しょうゆ、さけ、 こしょう、しお	810	

## ※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。

## 地場産物の紹介

# 5月

小城産

・ごはん(ゆめしずく) ・きゅうり ・ねぎ  
・たまねぎ ・なす ・たけのこ

小城産の食材を太字  
紹介しています。



# 令和3年度 5月 給食献立表

小城市学校給食センター

日(曜)	献立名	献立材料名 <b>太字:小城の食材</b>						栄養価	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) 主に体を作るものになる		(緑) 主に体の調子を整えるものになる		(黄) 主にエネルギーのもとになる				調味料等
		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・きのこ	5群 穀類・いも類	6群 油脂類			
19水	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			ごはん		630	牛乳(乳)	
	肉団子と根菜の甘酢かけ	にくだんご		にんじん、こまつな	ごぼう、たけのこ	さとう、でんぶん	あぶら	みりん、しょうゆ	866	ローズハム(乳) 青じそドレッシング(小麦)
	切干大根のサラダ	ロースハム			きりぼしだいこん、もやし、 <b>きゅうり</b>			あおじそドレッシング		
	まごわやさしいみそ汁	あぶらあげ、みそ	わかめ	にんじん、こまつな	しめじ、 <b>たまねぎ</b>	じゃがいも	ごま	にぼしだし		
20木	食パン 牛乳		ぎゅうにゅう			しょくぱん		640	食パン(小麦 乳) 牛乳(乳)	
	ケバブサンド	とりにく		トマト	レモン、 <b>たまねぎ</b> 、にんにく			しお、こしょう、パプリカ、チリパウダー、ワイン	767	ベーコン(乳) コンソメ(小麦 乳)
	ダブル風ポテトサラダ	ツナ		あかピーマン、こねぎ	レモン、 <b>たまねぎ</b> 、 <b>きゅうり</b>	じゃがいも	オリーブあぶら、ごま	こしょう、しお、しょうゆ、す		
	豆のスープ(トルコのスープ)	ベーコン、レンズまめ、だいず		にんじん、トマト	<b>たまねぎ</b> 、えだまめ、キャベツ		あぶら	しお、コンソメ、ポーク&チキンスープ		
21金	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			ごはん		664	牛乳(乳) 小麦粉(小麦)	
	さばの揚げ煮	さば				でんぶん、こむぎこ、さとう	あぶら	さけしょうゆ、みりん	832	卵(卵)
	きんぴらごぼう	さつまあげ		にんじん、さやいんげん	ごぼう、こんにやく	さとう	ごま、ごまあぶら	みりん、しょうゆ、さけ		
	かき玉汁	たまご、かまぼこ		にんじん、 <b>ねぎ</b>	<b>たまねぎ</b> 、しいたけ	でんぶん		さけしょうゆ、しお、かつおごんぶだし		
24月	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			ごはん		634	牛乳(乳) たくあん(小麦) キムチ(小麦)	
	キムタクごはんの具	ぶたにく、とりにく		にら	キムチ、コーン、たくあん		ごま、ごまあぶら	しょうゆ、みりん、さけ	783	ちくわ(小麦)
	野菜とちくわのごまマヨ和え	ちくわ		こまつな	<b>きゅうり</b> 、もやし	じゃがいも	ごま、マヨネーズ	しょうゆ		
	カルピタン	ぎゅうにく		にんじん、チンゲンサイ	<b>たまねぎ</b> 、きくらげ、たけのこ、しいたけ	はるさめ	あぶら	とりがらだし、しょうゆ、さけ、しお、こしょう、ちゅうがくあじ		
25火	ロールパン 牛乳		ぎゅうにゅう			ロールパン		634	ロールパン(小麦 乳) 牛乳(乳) ペンネ(小麦) 牛乳(乳) 生クリーム(乳) ホワイトソース(小麦 乳)	
	クリームペンネ	とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん、ほうれんそう	<b>たまねぎ</b> 、エリンギ	ペンネ	あぶら、オリーブあぶら、なまクリーム	とりがらだし、ホワイトソース、しお、こしょう	825	ローズハム(乳)
	カラフルサラダ	ロースたけいず、ロースハム		あかピーマン	キャベツ、 <b>きゅうり</b> 、えだまめ			かんきつドレッシング		
26水	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			ごはん		653	牛乳(乳)	
	あじのみそマヨ焼き	あじ、みそ		あかピーマン	きピーマン		マヨネーズ	さけ、しお	723	揚げチャーメン(小麦)
	チャーメンサラダ	だいず		アスパラガス、ほうれんそう、にんじん	<b>きゅうり</b>	あげチャーメン		フレンチドレッシング、こしょう		
豆腐とわかめのすまし汁	とうふ	わかめ	にんじん、 <b>ねぎ</b>	<b>たまねぎ</b> 、しいたけ			しょうゆ、さけ、かつおごんぶだし			
27木	ミルクパン 牛乳		ぎゅうにゅう			ミルクパン		667	ミルクパン(小麦 乳) 牛乳(乳)	
	メンチカツ	キャベツのメンチカツ					あぶら	ソース	メンチカツ(小麦)	
	チキンラタトゥイユ	とりにく		ピーマン、トマト	<b>たまねぎ</b> 、 <b>なす</b> 、にんにく	さとう	あぶら	コンソメ、しお、こしょう、ワイン、ケチャップ	834	コンソメ(小麦 乳)
	ラビオリのスープ	ぶたにく、ラビオリ		にんじん、ほうれんそう	<b>たまねぎ</b>	じゃがいも	あぶら	とりがらだし、ワイン、しょうゆ、しお、こしょう	ラビオリ(小麦)	
28金	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			ごはん		690	牛乳(乳) 厚焼卵(小麦 卵)	
	厚焼卵	あつやきたまご							861	コンソメ(小麦 乳)
	野菜ソテー			にんじん	キャベツ、もやし、たまねぎ、コーン		あぶら	しお、コンソメ、こしょう		
筑前煮	とりにく、あつあげ		にんじん、さやいんげん	たけのこ、れんこん、ごぼう、しいたけ、こんにやく	さとう	あぶら	みりん、しょうゆ、しお			
31月	麦ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			むぎごはん		634	牛乳(乳) カレールウ(小麦 乳)	
	野菜カレー	とりにく		にんじん、トマト	たまねぎ、 <b>なす</b> 、リンゴ、にんにく	じゃがいも	あぶら	カレールウ、ワイン、しお、しょうゆ、ケチャップ		
	フルーツミックス				みかんかん、パイカン、おうとうかん	カクテルゼリー、ももゼリー				

※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。

佐賀でとれる野菜には、大地の恵みがたくさんつまっているよ。栄養満点!

**5月**

地場産物の紹介

佐賀県産

・牛乳 ・みそ ・醤油 ・赤黄ピーマン ・れんこん  
・パン ・豚肉 ・キャベツ

