

令和4年度 1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 太字:小城の食材						栄養価 エネルギー(小学校) エネルギー(中学校)	学校行事 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) 主に体を作るものになる		(緑) 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・物・きのこ	5群 穀類・いも類	6群 油脂類			調味料等		
11水	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			ごはん			684	牛乳(乳)		
	松風焼き	とりにく ぶたにく おから みそ			たまねぎ しょうが	さとう	ごま	さけ				
	小城のゆずなます		お正月給食	にんじん	だいこん きゅうり ゆず	さとう		しお しょうゆ す			838	
	具雑煮	とりにく かまぼこ		にんじん こまつな	はくさい ごぼう しいたけ	もち さといも		さけ しお しょうゆ かつおこんぶだし				
12木	ロールパン 牛乳		ぎゅうにゅう			ロールパン			653	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) コンソメ(小麦 乳) ホワイトルウ(小麦 乳)		
	クリームペンネ	とりにく	ぎゅうにゅう なまクリーム	にんじん ほうれんそう	たまねぎ エリンギ しめじ	ペンネ	あぶら オリーブ あぶら	とりがらだし ホワイトルウ コンソメ しお こしょう				
	かぼちゃサラダ			かぼちゃ	きゅうり えだまめ		ごまドレッシング ごまあぶら				810	ごまドレッシング(小麦)
	さがみかんゼリー					みかんゼリー						
13金	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			ごはん			614	牛乳(乳)		
	牛ごぼうごはんの具	ぎゅうにく		にんじん きぬさや	ごぼう しいたけ しょうが	さとう	あぶら	しょうゆ さけ みりん				
	おから炒め	おから さつまあげ	ひじき	こまつな	れんこん	さとう	あぶら	しょうゆ みりん かつおだし			751	
	あったかかす汁	ぶたにく あつあげ みそ		にんじん ねぎ	こんにやく だいこん	じゃがいも	あぶら	さけかす にぼしだし				
16月	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			ごはん			664	牛乳(乳)		
	さばのゆう庵焼き	さば			ゆず	さとう でんぶん		さけ しょうゆ みりん				
	人参しりしり	ツナ あぶらあげ かつおぶし		にんじん	もやし コーン しょうが		ごま ごまあぶら	しょうゆ みりん				
	みぞれ汁	にくだんご		にんじん ねぎ	はくさい れんこん だいこん しいたけ しょうが			さけ しお しょうゆ かつおこんぶだし			799	桜島どり肉団子(小麦)
小型黒糖パン 牛乳		ぎゅうにゅう			こくとうパン							
17火	五目うどん	とりにく あぶらあげ		にんじん ねぎ	ごぼう たまねぎ しいたけ	うどん	あぶら	さけ しお しょうゆ みりん にぼしこんぶだし	602	黒糖パン(小麦 乳) 牛乳(乳) うどん(小麦) れんこん入りつくね(小麦)		
	根菜入りつくね	れんこんいり つくね										
	ごま酢和え	くきわかめ	ほうれんそう	ほうれんそう	キャベツ もやし	さとう	ごま ごまあぶら	しょうゆ す				
	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			ごはん						
18水	受験生応援とんかつ	とんかつ あかみそ				さとう	あぶら	さけ みりん ケチャップ	628	とんかつ(小麦)		
	こんにやくの炒め物	とりにく		にんじん こまつな	しょうが こんにやく	さとう	あぶら	しお さけ しょうゆ				
	かきたま汁	たまご とうふ		ねぎ	たまねぎ えのきたけ	でんぶん		さけ しお しょうゆ かつおこんぶだし				
	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			ごはん						
19木	コッペパン 牛乳		ぎゅうにゅう			コッペパン			667	中3年 なし コッペパン(小麦 乳) 牛乳(乳) コンソメ(小麦 乳)		
	さがみかんジャム					さがみかん ジャム						
	佐賀大豆と鶏のトマト煮	とりにく だいたい		にんじん ブロックリー トマト	たまねぎ しめじ れんこん えだまめ にんにく	じゃがいも さとう	あぶら	ワイン しお コンソメ ケチャップ				
	大根磯サラダ	かつおぶし	わかめ のり		だいこん きゅうり			わふうドレッシング			869	わふうドレッシング(小麦) ヨーグルト(乳)
1食ヨーグルト		ヨーグルト										
20金	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			ごはん			590	牛乳(乳)		
	中華混ぜごはんの具	ぶたにく		えだまめ	しょうが たけのこ しいたけ	はちみつ さとう	ごまあぶら	しょうゆ みりん さけ トウバンジャン				
	揚げ豚と肉団子の甘ダレかけ	にくだんご ぶたにく		にんじん	しょうが にんにく れんこん ごぼう	こめこ さとう でんぶん	あぶら	さけ しお こしょう みりん しょうゆ				
	わかめスープ	ちくわ とうふ	わかめ	にんじん	もやし しめじ		ごま	さけ しお しょうゆ こしょう ちゅうかあじ とりがらだし			766	ちくわ(小麦)

※学校行事は変更になる可能性があります。

※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・こしょう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。

小城産の食材を太字で紹介しています。

1月

地場産物の紹介・**ごはん(夢しずく)**・白菜・大根・れんこん・さといも・さつまいも
小城産・**にんじん**・**じゃがいも**・**きゅうり**・**ねぎ**・**みかん**・**ゆず**

**早寝 早起き
朝ごはん
みそ汁食べて
元気に登校!**

令和4年度 1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 太字:小城市の食材						調味料等	栄養価 エネルギー(小学校) エネルギー(中学校)	学校行事 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) 主に体を作るものになる		(緑) 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			
23月	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう				ごはん		665	牛乳(乳) うずら卵(卵)
	おでん煮	とりにく あつあげ やさいミックス ボール うずらのたまご		にんじん きぬさや	だいこん こんにやく		さといも じゃがいも さとう	あぶら さけ しょうゆ しお みりん かつおこんぶだし	794	
	かけあえ	かまぼこ みそ		にんじん	キャベツ	きゅうり	さとう	ごま	ず	
	小城市のみかん				みかん					
全国学校給食週間 1/24(火)~1/30(月)										
24火	三里小リクエスト献立								601	食パン(小麦 乳) 牛乳(乳)
	食パン 牛乳		ぎゅうにゅう				しよくパン でんぶん さとう	ケチャップ ソース ワイン デミグラスソース	811	ハンバーグ(小麦 乳) デミグラスソース(小麦)
	ハンバーグ デミグラスソースかけ	ハンバーグ								
	野菜のカレー炒め	ぶたにく		あかピーマン えだまめ	キャベツ もやし			あぶら かれーこ しお こしょう しょうゆ		ウインナー(乳) コンソメ(小麦 乳)
ポトフ	ウインナー		にんじん ブロッコリー パセリ	だいこん れんこん	じゃがいも		コンソメ ワイン しお こしょう しょうゆ		牛乳(乳)	
★小城市ふるさと食の日★小城市内統一の献立です。 小城市産食材:太字										
25水	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう				ごはん さとう		681	牛乳(乳)
	煮魚	さば			しょうが		さけ みりん しょうゆ		817	麩(小麦)
	しらあえ	とうふ みそ		ほうれんそう にんじん	はくさい		ごま しょうゆ みりん			
	小城市のれんこん汁	とうふ	わかめ	ねぎ	れんこん たまねぎ えのきたけ	ふ	さけ しお しょうゆ かつおこんぶだし			
手巻焼のり		のり								
26木	桜岡小リクエスト献立								618	牛乳(乳) 小型黒糖パン(小麦 乳)
	小型黒糖パン 牛乳		ぎゅうにゅう				こくとうパン ちやんぼんめん	あぶら	736	ちゃんぼんめん(小麦)
	焼きちゃんぼん	ぶたにく かまぼこ		にんじん ねぎ	しょうが たまねぎ はくさい もやし きくらげ コーン			ポーク&チキンスープ ちゅうかあじ しょうゆ けいとんたん さけ しお こしょう		青じそドレッシング(小麦)
	海藻サラダ	ささみ	かいそうミックス		きゅうり	キャベツ	ごま	あおじそドレッシング		
レモンムース						レモンムース				
27金	晴田小リクエスト献立								761	晴田幼なし 牛乳(乳)
	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう				ごはん さとう		914	ポタージュベース(小麦 乳) 牛乳(乳) 生クリーム(乳) コンソメ(小麦 乳)
	シシリアンライス(焼肉)	ぎゅうにく あかみそ むぎみそ			たまねぎ しょうが にんにく		さけ しょうゆ みりん			
	シシリアンライス(野菜)			あかピーマン きピーマン	キャベツ	きゅうり	わふうドレッシング			
1食マヨネーズ							いっしょくマヨ ネーズ			
パンフキンスーフ	ぶたにく	ぎゅうにゅう なまクリーム	にんじん かぼちゃ	たまねぎ			あぶら ポタージュベース とりがらだし ワイン コンソメ しお こしょう			
30月	晴田幼稚園リクエスト献立								795	牛乳(乳) カレールウ(小麦 乳) ディナーカレー(小麦 乳)
	麦ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう				むぎごはん	あぶら	982	ウインナー(乳)
	キーマカレー	ぎゅうにく		かぼちゃ にんじん グリーンピース	にんにく たまねぎ エリンギ ひよこまめ りんご		さけ しょうゆ みりん う ー カレールウ ケチャップ ディナーカレー ソース			
	ウインナー	ウインナー								
ポテトサラダ	ツナ		にんじん	たまねぎ	きゅうり	じゃがいも	マヨネーズ	しお こしょう		
31火	黒糖パン 牛乳		ぎゅうにゅう				こくとうパン		585	黒糖パン(小麦 乳) 牛乳(乳) 白身魚の香草フライ(小麦)
	白身魚の香草フライ	しろみざかなの こうそうフライ					あぶら		779	ローズハム(乳) 小麦粉(小麦) コンソメ(小麦 乳)
	冬野菜のソテー	ローズハム		ブロッコリー こまつな さやいんげん にんじん	エリンギ		オリーブ あぶら	しお こしょう		
	手作りパスタ入り ミネストローネ	ぶたにく		にんじん トマト パセリ	だいこん たまねぎ れんこん	キャベツ セロリ	こむぎこ しらたまこ さとう	オリーブ あぶら	しお ワイン コンソメ こしょう とりがらだし	

※学校行事は変更になる可能性があります。
 ※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・こしょう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。

佐賀でとれるやさしいには、大地のめぐみがたくさんつまっているよ。
 栄養満点!

**早寝 早起き
朝ごはん
みぞ汁食べて
元気に登校!**

1月 地場産物の紹介
 佐賀県産
 ・パン ・牛乳 ・豚肉 ・大豆 ・のり
 ・みそ ・しょうゆ ・ほうれんそう