

令和5年度 4月献立予定表

☆給食目標 準備と後始末を上手にしよう

小城市立三日月小学校

※食品の後の（ ）内は、アレルギー特定原材料7品目の表示です。コンタミについては記載していません。

日曜	献立名	牛乳	赤のなかま 体をつくるものになる	黄のなかま エネルギーのものになる	緑のなかま 体の調子を整える	調味料等	エネルギー(kcal) たんぱく質(g)
11 火	ハヤシライス	○		麦ごはん			695 22.2
	麦ごはん ハヤシルウ		豚肉、★チーズ(乳)、 ★生クリーム(乳)	じゃがいも、油	玉ねぎ、人参、枝豆、しょうが、にんにく	★ハヤシルウ(小麦・乳)、 ★デミグラスソース(小麦)、 ケチャップ、ワイン、塩、こしょう	
	ツナとわかめのサラダ		★ツナ(まぐろ)、わかめ	砂糖、油	キャベツ、大根、人参	酢、醤油、塩、こしょう	
12 水	わかめごはん	○	わかめごはんの素	ごはん			521 20.9
	きつねうどん		鶏肉、油揚げ	★うどん(小麦)、砂糖	玉ねぎ、人参、ねぎ	★削り節(さば・あじ)、酒、醤油、みりん、塩	
	きゅうりのごま酢和え			ごま、砂糖、ごま油	きゅうり、キャベツ、もやし、人参	酢、醤油	
13 木	ごはん	○		ごはん			603 26.4
	さばの塩焼き		★さば			塩、酒	
	たけのことふきの炒り煮		厚揚げ、 ★かつお節(魚)	砂糖、油	ふき、たけのこ、人参、こんにゃく、絹さや	醤油、みりん	
	佐賀のりとほうれん草のすまし汁		鶏肉、のり		ほうれん草、玉ねぎ、人参、えのき	★削り節(さば・あじ)、酒、醤油、みりん、塩	
14 金	ミルクパン	○		★ミルクパン(小麦・乳)			622 23.3
	チリ・コン・カン		豚肉、大豆	じゃがいも、砂糖、油	玉ねぎ、人参、枝豆	ケチャップ、トマトピューレ、 塩、チリパウダー、酒、塩、こしょう、 がらスープ、 ★コンソメ(小麦・乳)	
	フルーツヨーグルト		★ヨーグルト(乳)、 ★スキムミルク(乳)		バナナ、みかん缶、★パイナップル缶、★黄桃缶		
17 月	ロールパン	○		★ロールパン(小麦・乳)			612 24.8
	ミートスパゲティ		豚肉	★スパゲティ(小麦)、 砂糖、油	玉ねぎ、人参、マッシュルーム、トマト、 にんにく、パセリ	ケチャップ、ウスターソース、 ワイン、塩、こしょう、 ★コンソメ(小麦・乳)	
	コーンサラダ			フレンチドレッシング	キャベツ、きゅうり、コーン		
18 火	ごはん	○		ごはん			623 23.2
	麻婆豆腐		豚肉、豆腐、大豆、みそ	春雨、砂糖、でん粉、ごま油	玉ねぎ、人参、たけのこ、椎茸、ねぎ、 にんにく、しょうが	醤油、酒、豆板醤	
	中華サラダ		鶏肉	ごま、砂糖、ごま油	キャベツ、きゅうり、コーン	酢、醤油、塩	
19 水	チキンライス	○	鶏肉	ごはん、砂糖、油	玉ねぎ、人参、枝豆、コーン	ケチャップ、トマトピューレ、 塩、こしょう、 ★コンソメ(小麦・乳)	534 19.7
	つくね		★つくね(小麦・魚)				
	野菜スープ		豚肉		大根、玉ねぎ、キャベツ、人参、パセリ	がらスープ、醤油、塩、こしょう、 みりん、★コンソメ(小麦・乳)	

1年生給食開始

日曜	献立名	牛乳	赤のなかま 体をつくるものになる	黄のなかま エネルギーのもとになる	緑のなかま 体の調子を整える	調味料等	エネルギー(kcal) たんぱく質(g)
20 木	ごはん	○		ごはん			723 24.7
	鶏肉のから揚げ		鶏肉	★小麦粉、でん粉、油	にんにく、しょうが	塩、こしょう、醤油、酒	
	かぼちゃサラダ			じゃがいも、エッグケア	かぼちゃ、きゅうり、枝豆	塩、こしょう、醤油	
	ごぼう汁		豆腐、みそ		ごぼう、玉ねぎ、人参、こんにゃく、ねぎ	★削り節(さば・あじ)、みりん	
21 金	ミルクパン	○		★ミルクパン(小麦・乳)			569 24.4
	クリームシチュー		鶏肉、★牛乳	じゃがいも、★小麦粉、★バター(乳)	玉ねぎ、人参、枝豆	がらスープ、塩、ワイン、★コンソメ(小麦・乳)	
	ツナサラダ		★ツナ(まぐろ)	★和風ドレッシング(小麦・魚)	キャベツ、きゅうり、人参		
24 月	セサミトースト	○	入学・進級おめでとう	★食パン(小麦・乳)、ごま、砂糖、★バター(乳)			653 26.8
	ゆで枝豆				枝豆	塩	
	ミネストローネ		鶏肉、大豆	★マカロニ(小麦)、じゃがいも、油	玉ねぎ、人参、セロリ、トマト、パセリ、にんにく	がらスープ、塩、こしょう、ケチャップ、ワイン、★コンソメ(小麦・乳)	
	お祝いいちごゼリー			いちごゼリー			
25 火	たけのこごはん	○	豚肉、油揚げ	ごはん、砂糖、油	たけのこ、人参、椎茸	醤油、酒、みりん、塩	621 23.9
	シューマイ		★シューマイ(小麦・貝)				
	わかめ汁		豆腐、わかめ		玉ねぎ、人参、白菜	★削り節(さば・あじ)、醤油、塩、みりん	
26 水	カレー	○		麦ごはん			684 20.8
	麦ごはん ポークカレー		豚肉	じゃがいも、油	玉ねぎ、人参、トマト、りんご、にんにく	★カレールウ(小麦・乳)、チャツネ、ケチャップ、ワイン	
	アスパラガスのサラダ		ウインナー	砂糖、油	アスパラガス、キャベツ、きゅうり、コーン	酢、塩、こしょう	
27 木	ごはん	○		ごはん			632 24.4
	ちくわのカレー揚げ		★ちくわ(魚)	★小麦粉、油		カレー粉	
	梅おかか和え		★かつお節(魚)		きゅうり、キャベツ、もやし、梅干し	醤油、みりん	
	玉ねぎのみそ汁		豆腐、油揚げ、みそ	じゃがいも	玉ねぎ、人参、ねぎ	★削り節(さば・あじ)	
28 金	食パン	○	こどもの日	★食パン(小麦・乳)			576 27.2
	こいのぼりハンバーグ		こいのぼりハンバーグ			ケチャップ、ウスターソース、みりん	
	キャベツとひじきのサラダ		ひじき	★ナムルドレッシング(小麦)、砂糖	キャベツ、きゅうり、コーン	塩、醤油	
	春野菜のスープ		鶏肉	じゃがいも	たけのこ、玉ねぎ、人参、アスパラガス	がらスープ、醤油、みりん、こしょう、★コンソメ(小麦・乳)	