

令和5年度 6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						調味料等	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	
		(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・海苔・小豆	3群 緑黄色野菜	4群 水色野菜・果物・きのこ	5群 穀類・いも類	6群 油脂類				
1 (月)	黒糖パン 牛乳		ぎゅうにゅう				ことうパン		609	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)	
	豚肉のケチャップ煮	ぶたにく			たまねぎ		さとう	ワイン しょうゆ ケチャップ ソース			
	ほうれん草とコーンのソテー			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			
	パンクンスープ	どりにく	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	ホワイトルウ ワイン ポーク&チキンスープ コンソメ しお こしょう			
2 (金)	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう				ごはん		691	牛乳(乳)	
	春巻き	はるまき						あぶら			
	ブルコギ	ぶたにく		にんじん こまつな	にんにく はくさい	たまねぎ	はるさめ さとう	あぶら ごま ごまあぶら			さけ しょうゆ みりん コチュジャン
	中華スープ	どうふ とりにく		にんじん チンゲンサイ	もやし きくらげ しめじ		あぶら ごまあぶら				856
5 (月)	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう				ごはん		617	牛乳(乳)	
	いわしのかりかり焼き	いわしのかりかり フライ									
	ねぎ塩炒め	どりにく			しょうが にんにく キャベツ きピーマン しるねぎ	たまねぎ	でんぷん	ごまあぶら			くるこしょう しお
	カムカム豚汁	ぶたにく あぶらあげ	みそ きわかめ	にんじん ねぎ	たまねぎ こんにやく きりしだいこん		あぶら	さけ かつおこんぶだし			
6 (火)	食パン 牛乳		ぎゅうにゅう				しょくパン		602	食パン(小麦 乳) 牛乳(乳)	
	焼肉サンドの具	ぶたにく みそ			たまねぎ しょうが にんにく	さとう	あぶら	ワイン しょうゆ みりん			
	チキンと三色野菜サラダ	どりにく	わかめ	にんじん	きゃうり もやし	キャベツ		かんきつドレッシング こしょう			
	コーンスープ	ベーコン いんげんまめ	ぎゅうにゅう なまクリーム	にんじん パセリ	コーン たまねぎ		あぶら	ワイン コンソメ しお こしょう			
7 (水)	麦ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう				むぎごはん		678	牛乳(乳)	
	チキンカレー	どりにく		にんじん	たまねぎ なす えだまめ りんご	にんにく	じゃがいも	あぶら			カレールウ ワイン しお こしょう ケチャップ ソース
	イタリアンサラダ			アスパラガス にんじん	キャベツ	きゃうり		イタリアンドレッシング こしょう			
8 (木)	小型ミルクパン 牛乳		ぎゅうにゅう				ミルクパン		602	ミルクパン(小麦 乳) 牛乳(乳)	
	ペンネのトマトソース	ぶたにく		にんじん トマト ほうれんそう	たまねぎ にんにく エリンギ	さとう	ペンネ あぶら	ケチャップ ソース しお こしょう オリーブオイル			
	かぼちゃサラダ			かぼちゃ	きゃうり えだまめ		ごまあぶら	オリーブオイル ドレッシング ししょうゆ			
9 (金)	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう				ごはん		648	牛乳(乳)	
	さばのごまみそ焼き	さば むぎみそ					さとう	ごま しょうゆ みりん さけ			
	しらたきのおかか炒め	どりにく かつおぶし	こんぶ	にんじん きぬさや	しらたき		さとう	ごまあぶら みりん しょうゆ			
11 (日)	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう				ごはん		661	牛乳(乳)	
	鶏の照り焼き	どりにく			にんにく しょうが	さとう でんぷん	さけ	しょうゆ みりん			
	ごぼうとまわかめの きんぴら	ぶたにく	くきわかめ	にんじん きぬさや	ごぼう こんにやく	さとう	ごま あぶら ごまあぶら ごま	さけ しょうゆ みりん			
まごわやさしいみそ汁	どうふ みそ	わかめ	ねぎ	たまねぎ なす えのきたけ	じゃがいも		にほしだし				
12 (月)	代 休										
13 (火)	小型ミルクパン 牛乳		ぎゅうにゅう				ミルクパン		606	ミルクパン(小麦 乳) 牛乳(乳)	
	クリームパスタ	どりにく	ぎゅうにゅう なまクリーム	にんじん アスパラガス	たまねぎ エリンギ しめじ		スパゲティ	あぶら			どりがらだし ホワイトルウ しお こしょう コンソメ
	青菜とベーコンの じゃこサラダ	ベーコン	しらすぼし	こまつな ほうれんそう	キャベツ きゅうり きピーマン			わふうレッシング こしょう			
	日向夏ゼリー							ひゅうがなつ ゼリー			
14 (水)	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう				ごはん		661	牛乳(乳) いわしのおかか煮(小麦)	
	いわしのおかか煮	いわしのおかか									
	カミカミあえ	こんぶ	にんじん	まりほしだいこん きゃうり	キャベツ	さとう	ごま	しょうゆ す			
15 (木)	カレー肉じゃが	ぶたにく		にんじん さやいんげん	しょうが しいたけ	たまねぎ こんにやく	じゃがいも さとう	あぶら	カレーこ さけ しお みりん しょうゆ かつおだし		
	コッペパン 牛乳		ぎゅうにゅう				コッペパン		633	コッペパン(小麦 乳) 牛乳(乳)	
	いちごジャム						いちごジャム				
ほうれん草オムレツ	ほうれんそう オムレツ							ほうれん草オムレツ(小麦 卵)			
15 (木)	ポークビーンズ	ぶたにく だいず		にんじん トマト	にんにく えだまめ たまねぎ	じゃがいも さとう	あぶら	ケチャップ しお ソース コンソメ	826	コンソメ(小麦) マカロニ(小麦)	
	パスタスープ	どりにく		にんじん こまつな	キャベツ	たまねぎ	マカロニ	あぶら			しお こしょう どりがらだし ししょうゆ ワイン

※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。  
 コタミネーション等についても表示してありません。

小城産の食材を太字で紹介しています。

6月 地場産物の紹介  
 小城産  
 ・ごはん(夢しずく) ・たまねぎ ・きゅうり ・なす  
 ・ねぎ ・きくらげ(22日、29日) ・じゃがいも

保護者の方へお知らせ  
 「コンソメ」の原材料に「乳」が含まれないものを使用しています。そのため、「コンソメ」に「乳」のアレルギー表示はありません。  
 6月より「ハヤシライス」はアレルギーがないルーを使用しています。そのため、アレルギー表示はありません。

令和5年度 6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						調味料等	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
		(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・海草・小豆	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			
16 (金)	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			ごはん				牛乳(乳)
	麻婆なす	ぶたにく とりにく あかみそ		にんじん ねぎ	たまねぎ しょうが にんにく しいたけ なす	さとう でんぶん	あぶら ごまあぶら	チンメンジャン しょうゆ さけ トウバンジャン とりがだし	639	チンメンジャン(小麦)
	じゃがいも中華和え			にんじん	きりぼしだいこん きゅうり	さとう じゃがいも	ごまあぶら ごま	しょうゆ す	779	
19 (月)	麦ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			むぎごはん				牛乳(乳)
	ハヤシライス	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	ハヤシルー ケチャップ ソース ワイン こしょう フレンドドレッシング	641	アレルギーなし
	カリカリサラダ	ローストだいず ロースハム		ごまつな	キャベツ きゅうり				779	ロールハム(乳)
20 (火)	食パン 牛乳		ぎゅうにゅう			しょくパン				食パン(小麦 乳) 牛乳(乳)
	鮭のバジルマヨ焼き	さけ		バジル			マヨネーズ	こしょう	631	
	野菜サラダ			あかピーマン	キャベツ きゅうり			かんきつドレッシング	832	
21 (水)	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			ごはん				牛乳(乳)
	豚のしょうが炒め	ぶたにく			たまねぎ しょうが	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	658	
	ほうれん草とやしのごま和え			ほうれんそう にんじん	もやし	さとう	ごま	しょうゆ	801	
22 (木)	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			ごはん				牛乳(乳)
	小麦黒糖パン					ことうパン				晴田小6年なし 黒糖パン(小麦 乳) 牛乳(乳)
	焼きちゃんぽん	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 コーン しょうが	ちやんぽんめん	あぶら	菜-グ&チキンスープ ちゅうかあじ しょうゆ さけ しお こしょう けいとんたん	587	ちゃんぽんめん(小麦)
23 (金)	シューマイ	しゅうまい							803	しゅうまい(小麦)
	カラフル酢の物	ひじき	あかピーマン	きピーマン きゅうり きりぼしだいこん	さとう	ごま ごまあぶら	す しょうゆ			
	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			ごはん				牛乳(乳)
24 (土)	豚キムチ	ぶたにく		にら	キムチ たまねぎ キャベツ	さとう	ごまあぶら マヨネーズ	さけ みりん しょうゆ しお	624	晴田小6年 岩松小6年なし 牛乳(乳) キムチ(小麦)
	フライピーズ	どうやどうぶ ローストだいず				でんぶん さとう	あぶら	しょうゆ みりん	778	
	カルピタン	ぎゅうにく		にんじん チンゲンサイ	たまねぎ きくらげ たけのこ えのきたけ	ほるさめ	あぶら ごまあぶら	とりがだし さけ しお こしょう しょうゆ		
26 (月)	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			ごはん				牛乳(乳)
	鶏ごぼうごはんの具	どりにく		にんじん きぬさ や	しょうが ごぼう しいたけ	さとう	あぶら	さけ しょうゆ みりん かつおだし	542	
	キャベツのごま酢和え			ごまつな にんじん	キャベツ もやし	さとう	ごま ごまあぶら	しょうゆ す	707	
27 (火)	かぼちゃと揚げのみそ汁	あぶらあげ みそ		かぼちゃ なす ねぎ	たまねぎ えのきたけ			にほしだし		
	小型ミルクパン 牛乳		ぎゅうにゅう			ミルクパン				牛乳(乳)
	なすのミートスパゲティ	ぶたにく		にんじん トマト	にんにく たまねぎ ゆず	スパゲティ さとう	オリーブあぶ ら	ケチャップ ソース しお こしょう ワイン しょうゆ	636	晴田小5年なし ミルクパン(小麦 乳) 牛乳(乳)
28 (水)	ポテトサラダ	ツチ		あかピーマン	たまねぎ きゅうり	じゃがいも	マヨネーズ	しお こしょう	797	スパゲティ(小麦)
	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			ごはん				牛乳(乳)
	あじのねぎみそかけ	あじ みそ		ねぎ	にんにく しょうが	さとう	ごまあぶら	さけ ケチャップ	602	晴田小5年なし 牛乳(乳)
29 (木)	大豆とひじきの炒り煮	だいず さつまあげ	ひじき	にんじん えだま め		さとう	あぶら	さけ しょうゆ みりん かつおだし	784	
	けんちん汁	あつあげ	くきわかめ	にんじん ねぎ	きりぼしだいこん ごんにやく たまね ぎ			さけ しお しょうゆ にほしだし みりん		
	小型ミルクパン 牛乳		ぎゅうにゅう			ミルクパン				牛乳(乳)
30 (金)	マジエンバ	どりにく ぶたにく			たまねぎ にんにく きくらげ	スパゲティ さとう	あぶら	さけ しお こしょう みりん しょうゆ オイスターソース かつおだし	586	マジエンバ(小麦 乳) 牛乳(乳)
	マジエンバ(温野菜)	いんげんまめ		あかピーマン	キャベツ きゅうり			しおこうじ さけ		スパゲティ(小麦)
	1食刻みのり		のり						779	ふんわり野菜揚げ(小麦)
30 (土)	ふんわり野菜揚げ	ふんわりやさいあ げ					あぶら			
	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			ごはん				牛乳(乳)
	チキン南蛮	どりにく			りんご	ごめご さとう でんぶん	あぶら	さけ しお こしょう しょうゆ す みりん	689	桜岡小5年なし 牛乳(乳)
30 (日)	1食タルタルソース						タルタルソ ース			
	さっぱりレモンサラダ	ツチ		ほうれんそう にんじん	キャベツ レモン	きゅうり	さとう	オリーブあぶ ら	しょうゆ す こしょう	815
30 (日)	わかめスープ	かまぼこ 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。  
 コントラミネーション等についても表示してありません。

小城産の食材を太字で紹介しています。

保護者の方へお知らせ  
 「コンソメの原材料に「乳」が含まれないものを使用しています。  
 そのため、「コンソメ」に「乳」のアレルギー表示はありません。  
 6月より「ハヤシライス」はアレルギーがないルーを使用してい  
 ます。そのため、アレルギー表示はありません。

**6月** 地場産物の紹介  
 佐賀県産  
 ・パン ・ぎゅうにゅう ・ぶたにく ・だいず  
 ・じゃがいも ・しょうゆ