

令和5年度 1月 給食献立表(A献立)

小城市学校給食センター

日	献立名	★牛乳	献立材料名						栄養価 小学校 中学校 (kcal)	アレルギー特定原材料8 品目を含む食品表示 (えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生 くるみ)	
			(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				その他
			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			
10 水	ごはん					米			630		
	しぐれ煮	牛肉 ぶた肉			しょうが ごぼう 玉ねぎ 白ねぎ	砂糖 こんにゃく	油	酒 しょうゆ みりん			
	和風サラダ			ブロッコリー にんじん	キャベツ きゅうり		和風ドレッシング				
	まごわやさしいみそ汁	油揚げ みそ	わかめ	にんじん 葉ねぎ	玉ねぎ えのきだけ	さつまいも	ごま	かつお昆布だし			
11 木	小型ミルクパン					★ミルクパン			610	スバゲティ(小麦) 焼き肉のたれは、特定原 材料を含みません	
	豚肉とれんこんの マジェンバ	ぶた肉		ほうれん草 にんじん	玉ねぎ れんこん えのきたけ キャベツ にんにく しょうが	★スバゲティ	ごま油 油	しょうゆ こしょう 塩 焼肉のたれ			
	1食のり(マジェンバ)		のり								
	五目包子	★五目包子									850
佐賀みかんゼリー						さがみかんゼ リー				さがみかんゼリーは、特 定原材料を含みません	
12 金	ごはん					米			620	アレルギー特定原材料8 品目を含む食品表示 (えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生 くるみ)	
	ビーフカレー	牛肉		にんじん	しょうが 玉ねぎ にんにく しめじ りんごビューレ	じゃがいも	油	アレルギー特定原材料8 品目を含む食品表示 (えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生 くるみ) ★カレー(ルー) ワイン ケチャップ ウスターソース チャツネ こしょう			
	白菜のサラダ	どり肉		にんじん	白菜 キャベツ きゅうり			青じそドレッシング(減 塩)			760
15 月	ごはん					米			650	アレルギー特定原材料8 品目を含む食品表示 (えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生 くるみ)	
	とんかつ	★ローズとんかつ					油	とんかつソース			
	温野菜のサラダ			ブロッコリー にんじん	れんこん	さつまいも	ごま ごま ドレッシング グ	しょうゆ りんご酢			
	大根のみそ汁	どうふ 油揚げ みそ		ほうれん草	だいこん 玉ねぎ えのきたけ			いりご だし昆布 酒			780
16 火	小型ミルクパン					★ミルクパン			570	アレルギー特定原材料8 品目を含む食品表示 (えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生 くるみ)	
	ミートスパゲティ	牛肉 ぶた肉 大豆		にんじん パセリ トマト水煮	玉ねぎ マッシュルーム にんにく セロリ	★スパゲティ	オリーブ油	ケチャップ 塩 こしょ う ワイン ★デミグラ スソース ウスターソ ース			
	野菜サラダ	ローズハム		にんじん	大根 キャベツ きゅうり		イタリアン ドレッシング グ	ワイン			800
17 水	ごはん					米			520	アレルギー特定原材料8 品目を含む食品表示 (えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生 くるみ)	
	ぎょうざ	★ぎょうざ									
	中華炒め	ぶた肉		にんじん こまつ な	キャベツ	はるさめ	ごま油	しょうゆ 塩 こしょう 酒 中華味			
	白菜のスープ	かまぼこ		にんじん チンゲン菜	白菜 玉ねぎ 干椎茸	さといも		しょうゆ 酒 塩 こしょう 鶏ガラだし			780
ヨーグルト(中学校のみ)		★ヨーグルト (乳)									
18 木	食パン					★食パン			600	アレルギー特定原材料8 品目を含む食品表示 (えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生 くるみ)	
	ドライカレー	牛肉 ぶた肉 大豆		にんじん さやいんげん	玉ねぎ しょうが にんにく	じゃがいも	油	アレルギー特定原材料8 品目を含む食品表示 (えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生 くるみ) ★カレー(ルー) しょうゆ ワイン 塩 ウスターソース こしょう ケチャップ			
	パスタサラダ	ツナ		にんじん	きゅうり	★スパゲティ	オリーブ油 ごま	りんご酢			760
キャベツと大根のスープ	どり肉		ブロッコリー	キャベツ だいこん しめじ				しょうゆ こしょう ワイン コンソメ			
19 金	ごはん					ごはん			620	アレルギー特定原材料8 品目を含む食品表示 (えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生 くるみ)	
	鮭の南部焼き	鮭					オリーブ油 ごま	酒 こしょう			
	荻わかめの炒り煮	ぶた肉 天ぷら	荻わかめ	にんじん		砂糖 こんにゃく	油	しょうゆ 酒 みりん かつお昆布だし			770
だご汁	油揚げ		にんじん 葉ねぎ	だいこん ごぼう	★やせうま さつまいも			しょうゆ 塩 酒 みり ん かつお昆布だし			

【食物アレルギーに関すること】

- ※ 食物アレルギー等で対応が必要な場合は、毎回、献立表を確認してください。
- ※ ★印は、特定原材料(8品目)(えび、かに、くるみ、小麦、卵、乳、そば、落花生(ピーナッツ))について表示しています。しょうゆ、コンソメなどの調味料の小麦の表示はしていません。
- ※ パンは、小麦、乳、木の実(クルミ、アーモンド)を含みます。
- ※ そば、落花生、キウイフルーツは、給食で使用しません。

令和5年度 1月 給食献立表(A献立)

小城市学校給食センター

日	献立名	★牛乳	献立材料名						栄養価 小学校 中学校 (kcal)	アレルギー特定原材料8 品目を含む食品表示 (えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生 くるみ)			
			(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				その他		
			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					
22月	ごはん						米		620				
	焼きのり		のり										
	肉じゃが	○	牛肉 厚揚げ		にんじん きぬさや	玉ねぎ しょうが	じゃがいも こんにゃく 砂糖	油			しょうゆ 酒 みりん かつお昆布だし		
	冬野菜のごま和え		かまぼこ			白菜 ほうれん草 大根	砂糖	ごま ねりごま			しょうゆ 酒		
	みかん				みかん							710	かまぼこは、特定原材料 を含みません
23火	ミルクパン						★ミルクパン			610	ローズハムは、特定原材 料を含みません		
	おからサラダ	○	おから ツナ ローズハム			きゅうり	じゃがいも 砂糖	マヨネーズ (卵なし)	ごしょう りんご酢				
	冬野菜のポトフ		どり肉		ブロッコリー にんじん	玉ねぎ 大根 キャベツ しめじ	じゃがいも	オリーブ油	しょうゆ ごしょう ワイン 酒 コンソメ			700	コンソメは、特定原材 料を含みません
	ヨーグルト				★ヨーグルト (乳)								
24水	ごはん						米		660				
	あじの竜田揚げ	○	あじ			しょうが	片栗粉	油			酒 しょうゆ		
	磯辺和え		のり		ほうれん草 にんじん	キャベツ きゅうり		ごま ごま油			しょうゆ		
	小城の冬野菜みそ汁		油揚げ みそ		菜ねぎ にんじん	れんこん 大根 白菜 生椎茸					かつお昆布だし		
	小城の一口ようかん						ようかん						
25木	食パン						★食パン			510	はちみつ&マーガリン (乳)		
	はちみつ&マーガリン						★はちみつ&マーガリン						
	タンタンめん	○	ぶた肉 みそ		チンゲン菜	玉ねぎ たけのこ もやし しめじ しょうが 干椎茸	★うどん	ごま油	デンメンジャン 中華味 しょうゆ みりん ごしょう 酒			710	うどん麵(小麦) 中華味は、特定原材 料を含みません
	ブロッコリーソテー		ウインナー		ブロッコリー にんじん	キャベツ		油	塩 ごしょう				
26金	ごはん						米		580	国産グリルチキン、ロー スハム、かまぼこは、特 定原材料を含みません			
	鶏のオープン焼き	○	国産グリルチキン				片栗粉				ケチャップ みりん 鶏ガラだし		
	野菜のレモン マヨ和え		ローズハム		にんじん	れんこん きゅうり 大根 レモン果汁	砂糖	マヨネーズ (卵なし)			しょうゆ ごしょう		
	小城野菜のすまし汁		どうぶ かまぼこ		にんじん 菜ねぎ	はくさい 大根					しょうゆ 塩 酒 かつお昆布だし		
29月	ごはん						米		630				
	鶏のから揚げ	○	どり肉			しょうが にんにく	米粉 片栗粉	油			酒 塩 ごしょう		
	野菜ソテー		ぶた肉			キャベツ もやし えだまめ		油			塩 ごしょう しょうゆ		
	ひき肉と大根のスープ		ぶた肉		チンゲン菜 にんじん ねぎ	しょうが 大根 白菜 干椎茸		ごま油			中華味 しょうゆ 酒 ごしょう		
30水	黒糖パン						★黒糖パン			700			
	ポークケチャップ	○	ぶた肉			玉ねぎ	砂糖		ケチャップ しょうゆ ウスターソース ワイン				
	野菜チップ				かぼちゃ にんじ ん さやいんげん		ぎつまいも タロ イモ	砂糖 油	塩				
	コンソメスープ		ウインナー		にんじん ほうれん草	大根 玉ねぎ えのき			コンソメ しょうゆ ごしょう				
31水	ごはん						米		630				
	すき焼き	○	牛肉 ぶた肉 厚揚げ		にんじん	白菜 玉ねぎ 白ねぎ えのきたけ 干椎茸 もやし	砂糖 こんにゃく	油			しょうゆ 酒 みりん		
	ほうれん草のおかか煮		かまぼこ かつお 節		ほうれん草 にんじん	キャベツ					しょうゆ みりん かつお昆布だし		
	みかん				みかん								

【食物アレルギーに関すること】

- ※ 食物アレルギー等に対処が必要な場合は、毎回、献立表を確認してください。
- ※ ★印は、特定原材料(8品目)(えび、かに、くるみ、小麦、卵、乳、そば、落花生(ピーナッツ))について表示しています。
しょうゆ、コンソメなどの調味料の小麦の表示はしていません。
- ※ パンは、小麦、乳、木の実(クルミ、アーモンド)を含みます。
- ※ そば、落花生、キウイフルーツは、給食で使用しません。