

令和5年度 1月 給食献立表(B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	和風ドレッシングは、特定原材料を含みません
	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 えのきたけ		さつまいも	ごま	かつお昆布だし		
11 木	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)		
	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	青じそドレッシングは、特定原材料を含みません
12 金	小型ミルクパン						★ミルクパン			610	スパゲティ(小麦)焼き肉のたれは、特定原材料を含みません
	豚肉とれんごんのマゼンパ	ぶた肉		ほうれん草 にんじん	玉ねぎ れんごん えのきたけ キャベツ にんにく しょうが		★スパゲティ	ごま油 油	しょうゆ ごしょう 塩 焼肉のたれ		
	1食のり(マゼンパ)		のり								
	五目包子	★五目包子									
	佐賀みかんゼリー						さがみかんゼリー			850	さがみかんゼリーは、特定原材料を含みません
15 月	ごはん						米			620	かまぼこは、特定原材料を含みません
	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							
16 火	ごはん						米			520	ぎょうざ(小麦)中華味は、特定原材料を含みません
	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		ほろさめ	ごま油	しょうゆ 塩 ごしょう 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		ざといも		しょうゆ 酒 塩 ごしょう 鶏ガラだし		
	ヨーグルト(中学校のみ)		★ヨーグルト(乳)							780	ヨーグルト(乳)
17 水	小型ミルクパン						★ミルクパン			570	スパゲティ(小麦)デミグラスソース(小麦)
	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 ごしょう ワイン ★デミグラス ソース ウスターソース		
	野菜サラダ	ロースハム		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	ワイン	800	イタリアンドレッシングは、特定原材料を含みません
18 木	ごはん						ごはん			620	天ぶらは、特定原材料を含みません
	鮭の南部焼き	鮭						オリーブ油 ごま	酒 ごしょう		
	茎わかめの炒り煮	ぶた肉 天ぷら	茎わかめ	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		
	だご汁	油揚げ		にんじん 葉ねぎ	だいごん 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	770	やせうま(小麦)
19 金	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)		
	パスタサラダ	ツナ		にんじん	きゅうり		★スパゲティ	イタリアン ドレッシング	りんご酢		
	キャベツと大根のスープ	どり肉		ブロッコリー	キャベツ だいごん しめじ				しょうゆ ごしょう ワイン コンソメ	760	コンソメは、特定原材料を含みません

【食物アレルギーに関すること】

- ※ 食物アレルギー等に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(B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			650	ローズとんかつ(小麦)
	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	780	ごまドレッシングは、特定原 材料を含みません
	大根のみそ汁	豆腐 油揚げ みそ		ほうれん草	だいこん 玉ねぎ えのきたけ			いりこ だし昆布 酒			
23火	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	680	かまぼこは、特定原材料 を含みません	
	みかん				みかん						
24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		さつまいも 紫いも タロ イモ	砂糖 油	塩	910	ウインナー、コソメは、特 定原材料を含みません	
	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 こしょう			
25木	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	ロースハム		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 こしょう	700		
	小城野菜のすまし汁	豆腐 かまぼこ		にんじん 葉ねぎ	はくさい 大根			しょうゆ 塩 酒 かつお昆布だし			
26金	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	テンメンジャン 中華味 しょうゆ みりん こしょ う 酒	710	うどん類(小麦) 中華味は、特定原材料を 含みません	
	ブロッコリーソー テー	ウインナー		ブロッコリー にんじん	キャベツ		油	塩 こしょう			
29月	ごはん						米			560	ロースハムは、特定原材 料を含みません
	ホイコーロー	ぶた肉 みそ		にんじん さやいんげん	キャベツ にんにく しょうが 白ねぎ	片栗粉 砂糖	油	酒 しょうゆ こしょう トウバンジャン			
	塩ナムル	ロースハム		ほうれんそう	キャベツ きゅうり		ごま ごま油	鶏ガラだし 塩 酒	670	中華味、かまぼこは、特 定原材料を含みません	
	中華スープ	かまぼこ		チンゲン菜 にんじん	もやし 玉ねぎ	春雨		鶏ガラだし 中華味 しょうゆ こしょう			
30火	ごはん	小城市ふるさと食の日					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	800		
	小城的冬野菜みそ汁	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						
31水	ミルクパン						★ミルクパン			610	ロースハムは、特定原材 料を含みません
	おからサラダ	おから ツナ ロースハム			きゅうり	じゃがいも 砂糖	マヨネーズ (卵なし)	こしょう りんご酢			
	冬野菜のポトフ	とり肉		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 こしょう 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)								

【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。