

令和5年度 3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のとなる				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				
1 金	ごはん						米			600	とんかつ (小麦) とんかつソースは特定原 材料を含みません	
	とんかつ	○	★ローズとんかつ					油	とんかつソース			
	磯香和え		のり	ほうれん草 人参	キャベツ もやし		砂糖		しょうゆ			723
	さといものみそ汁		油揚げ みそ	人参 葉ねぎ	大根 玉ねぎ		さといも		かつお昆布だし			
4 月	ごはん						米			563	みそ煮のたれは特定原材 料を含みません	
	魚のねぎみそかけ	○	あじ		葉ねぎ				みそ煮のたれ			
	蒸し野菜				ブロッコリー	キャベツ コーン		じゃがいも	刈-ミ-ごまドレッシング	676	クリーミー胡麻ドレッシン グは特定原材料を含みま せん	
	菜の花のすまし汁		豆腐	菜の花 人参 ほうれん草	玉ねぎ			しょうゆ 酒 塩 かつお昆布だし				
5 火	ミルクパン						★ミルクパン			603	焼肉のたれは特定原材 料を含みません	
	焼肉	○	ぶた肉			玉ねぎ			焼肉のたれ 塩 こしょう			
	キャベツともやしの ソテー				小松菜	キャベツ もやし			油	塩 こしょう しょうゆ	666	アレルギー成分含有率 0.1%未満は特定原材料を 含みません
	コーンスープ		とり肉	人参 パセリ	玉ねぎ コーン クリームコーン		じゃがいも	油	アレルギー成分含有率 0.1%未満は特定原材料を 含みません			
6 水	ごはん						米			500	天ぷら、中華味は特定原 材料を含みません	
	八宝菜	○	ぶた肉 天ぷら	人参 小松菜	玉ねぎ キャベツ たけのこ 干椎茸 しょうが		でん粉	油 ごま油	しょうゆ 酒 中華味 塩 こしょう がらスープ			
	野菜の塩昆布和え				塩昆布	人参	大根 きゅうり もやし		しょうゆ	609	鉄腕ぎょうざ(小麦)	
	ぎょうざ(中のみ)		★鉄腕ぎょうざ									
7 木	ごはん						米			586	青じそドレッシングは特定 原材料を含みません	
	鶏のしょうが炒め	○	とり肉			玉ねぎ しょうが	砂糖 でん粉	油	酒 塩 こしょう しょうゆ みりん			
	切干大根のサラダ		かつお節	人参		切干大根 きゅうり			青じそドレッシング	711		
	具だくさんみそ汁		揚げ豆腐 みそ	葉ねぎ	白菜 大根 玉ねぎ なす		さつまいも		かつお昆布だし			
8 金	ごはん						米			514	いわしのカリカリフライ は特定原材料を含みま せん	
	いわしのカリカリ フライ	○	いわしのカリカリ フライ					油				
	春雨温サラダ				ブロッコリー	キャベツ		春雨	韓国ナムルドレッシング	593	韓国ナムルドレッシン グは特定 原材料を含みません	
	けんちん汁		とり肉 豆腐	人参 葉ねぎ	大根 ごぼう 干椎茸		さつまいも		酒 塩 しょうゆ かつお昆布だし			
11 月	ごはん						米			629		
	豚肉のケチャップ煮	○	ぶた肉			玉ねぎ	砂糖	油	ケチャップ ウスター ソース しょうゆ ワイ ン			
	おからサラダ		おから ツナ	黄パプリカ		きゅうり	じゃがいも 砂糖	マヨネーズ (卵なし)	りんご酢 こしょう	768		
	春キャベツのスープ		とり肉	人参 パセリ	キャベツ 玉ねぎ しめ じ			オリーブ油	がらスープ 塩 こし ょう しょうゆ ワイン			

【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 3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のとなる				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				
12 火	ごはん						米		609			
	さばの利休焼き	○	さば					ごま油 酒				
	れんこんのきんぴら			人参	れんこん 枝豆	ごんにやく 砂糖	油	しょうゆ みりん 酒 かつお昆布だし			738	
	沢煮わん		ぶた肉 油揚げ	人参 葉ねぎ	もやし ごぼう 干椎茸		油	塩 酒 しょうゆ こ しょう かつお昆布だし				
13 水	ごはん						米		638			
	シシリアンライス (焼肉)	○	ぶた肉 みそ		玉ねぎ しょうが にんにく	砂糖	油	酒 しょうゆ みりん				
	(野菜)			人参	キャベツ コーン きゅうり			クレーマー・ドレッシング			753	クレーマー・ドレッシングは特 定原材料を含みません
	(1食マヨネーズ)					1食マヨネーズ (卵なし)						
ビーフ汁		とり肉 かまぼこ	人参 葉ねぎ	玉ねぎ 白菜 きくらげ	ビーフン		塩 しょうゆ 酒 煮干し	かまぼこは特定原材料を 含みません				
14 木	小型ミルクパン						★ミルクパン		648	スパゲティ(小麦)		
	マジエンバ	○	とり肉 ぶた肉		玉ねぎ きくらげ にんにく	★スパゲティ 砂糖	油	酒 塩 しょうゆ みりん しょうゆ オイスターソ ース かつおだし				
	(温野菜)		白いんげん豆 パスタ	赤パプリカ	キャベツ きゅうり			塩こうじ 酒			716	かぼちゃコロッケ(小麦)
	(1食刻みのり)						油					
かぼちゃコロッケ				★かぼちゃコロ ッケ								
15 金	ごはん						米		595	カルー(ルー)(小麦) フルガ(フルー)は特 定原材料を含みません		
	チキンときのこのカレー	○	とり肉	人参	玉ねぎ しめじ エリン ギ グリンピース しょ うが にんにく りんご ピューレ	じゃがいも	油	★カルー(ルー) フルガ フルー(フルー) チャツネ ケチャップ ウスター ソース ワイン こしょ う				
	さっぱりレモンサラダ		ツナ	ほうれん草 人参	キャベツ きゅうり レモン果汁	砂糖	オリーブ油	酢 こしょう しょうゆ			724	
18 月	ごはん						米		579	天ぷら、中華味、とんかつ ソースは特定原材料を含 みません		
	中華丼の具	○	ぶた肉 天ぷら	人参 小松菜	玉ねぎ キャベツ たけのこ きくらげ しょうが	でん粉	油 ごま油	がらスープ 塩 こしょ う 酒 しょうゆ 中華 味 とんかつソース				
	シューマイ		★シューマイ								724	シューマイ(小麦) 野菜いっぱいドレッシングは 特定原材料を含みません
さつまいもと豆の 温サラダ		ゆで大豆	人参	きゅうり ごぼう	さつまいも	ごま	野菜いっぱいドレッシング					
19 火	ごはん						米		617	フルガ(フルー)・カルー(ルー)、と んかつソースは特定原材 料を含みません		
	ハヤシライス	○	ぶた肉	人参 トマト水煮	玉ねぎ エリンギ		油	フルガ(フルー)・カルー(ルー) ケチャップ ワイン こ しょう とんかつソース				
	オーロラソース サラダ		ツナ	ブロッコリー 人参	きゅうり	さつまいも	マヨネーズ (卵なし)	塩 こしょう ケチャップ			749	
21 木	ごはん						米		576	やわらかハンバーグ(小 麦 乳) デミグラスソース(小麦) とんかつソースは特定原 材料を含みません		
	ハンバーグ デミグラスソースかけ	○	★やわらかハン バーグ			砂糖 でん粉		★デミグラスソース ケチャップ ワイン とんかつソース				
	コーンポテト			人参	枝豆 コーン	じゃがいも	油	塩 こしょう				
	オニオンスープ		とり肉	人参 パセリ	玉ねぎ えのき 大根		油	がらスープ 塩 こしょ う しょうゆ コンソメ			716	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。