

令和5年度 3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			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		カレーごまドレッシング			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		とうふ		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				
4 月	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				人参 葉ねぎ	大根 玉ねぎ	さといも		かつお昆布だし				
5 火	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										
6 水	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	アレルギーフリー和食フル ン、コソメは特定原材 料を含みません
	コーンスープ		どり肉		人参 パセリ	玉ねぎ コーン クリームコーン	じゃがいも	油	アレルギーフリー和食フル ン、コソメ がらスープ				
7 木	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		どり肉 とうふ		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				
8 金	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	○	どり肉			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				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				葉ねぎ	白菜 大根 玉ねぎ なす	さつまいも		かつお昆布だし				
11 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									シューマイ(小麦)	
	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			野菜いっぱいドレッシン グは 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 3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			
12 火	ごはん						米		638	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)	
	シシリアンライス (焼肉)	○	ぶた肉 みそ				砂糖	油			酒 しょうゆ みりん
	(野菜)			人参	玉ねぎ しょうが にんにく						カレー粉 レンコン
	(1食マヨネーズ)						1食マヨネーズ (卵なし)			753	かまぼこは特定原材料を 含みません
	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		
13 水	ごはん						米		609	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)	
	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		こんにゃく 砂糖	油			しょうゆ みりん 酒 かつお昆布だし
	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	738	
14 木	ごはん						米		595	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)	
	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 ビューレ	じゃがいも	油			★カレー(ルー) アルガ ンカレー(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
15 金	小型ミルクパン						★ミルクパン		648	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)	
	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 こしょう 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 ペースト		赤パプリカ	キャベツ きゅうり					塩こうじ 酒
	(1食刻みのり)									716	
	かぼちゃコロッケ				★かぼちゃコロツ ケ			油			かぼちゃコロッケ(小麦)
18 月	ごはん						米		629	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)	
	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
	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		
19 火	ごはん						米		617	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)	
	ハヤシライス	○	ぶた肉		人参 トマト水煮	玉ねぎ エリンギ	じゃがいも	油			アルガンオイル(ルー) アルガ ンケチャップ 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
21 木	ごはん						米		576	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)	
	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。