

Table with columns for date, dish name, main ingredients, and nutritional value. Includes dishes like 麦ごはん, 野菜とわかめの寄せ焼き, 広東麺, etc.

日本の食べ物の旅【佐賀県】

Table with columns for date, dish name, main ingredients, and nutritional value. Includes dishes like さばの塩焼き, わかめうどん, ミニきなこ揚げパン, etc.

お月見献立・十三夜

Table with columns for date, dish name, main ingredients, and nutritional value. Includes dishes like 鶏肉の味噌照り焼き, 菊花和え, 栗入りけんちん汁, etc.

SDGsを考える献立

Table with columns for date, dish name, main ingredients, and nutritional value. Includes dishes like さんまのオレンジ煮, ゆで干し野菜のサラダ, ピビンバ(肉味噌), etc.

日曜日	献立名	おも さいりょうめい 主な材料名						えいようか 栄養価			
		おも からだ 主に体をつくるものになる		おも からだ ちようし とどの 主に体の調子を整える		おも 主にエネルギーのもとになる		エネルギー (Kcal)	食塩 相当量 (g)		
		1群 たんぱく質	2群 無機質	3群 カロテン	4群 ビタミンC、他	5群 炭水化物	6群 脂質				
18 金	ごはん 牛乳 豚肉のかりん揚げ れんこんサラダ(ドレッシング) さつまいもの味噌汁		牛乳		しょうが れんこん スイートコーン たまねぎ しめじ	ごはん でん粉 砂糖 砂糖 さつまいも		酒 しょう油 しょう油 酢 ソイドレッシング かつおだし	幼 538 小 710 中 888	1.5 2.0 2.4	
21 月	ごはん 牛乳 春巻き チンゲンサイの炒め物 かにかまスープ		牛乳		エリンギ もやし えのきたけ ねぎ きくらげ	ごはん ★春巻き はるさめ	油 油 ごま油		塩 こしょう オイスターソース しょう油 塩 こしょう がらスープ	幼 491 小 615 中 791	1.3 1.6 1.9
〈図書コラボ給食「精霊の守り人」〉											
22 火	ノギ屋の鳥飯(麦ごはん) ノギ屋の鳥飯(ノギ屋の鳥飯の具) 牛乳 旨塩キャベツ タンダの山菜汁		牛乳		しょうが たまねぎ にんにく キャベツ	ごはん おおむぎ 砂糖 でん粉	油	酒 アップルソース しょう油 一味唐辛子	幼 495 小 645 中 825	2.3 2.2 2.7	
23 水	カレーうどん(ソフトメン) カレーうどん(カレーうどん汁) 牛乳 さつま芋の天ぷら のり酢和え		牛乳		しょうが たまねぎ たまねぎ しょうが	ソフトメン でん粉 砂糖	油	酒 しょう油 かつおだし カレールウ カレー粉	幼 525 小 653 中 838	1.5 2.4 3.0	
24 木	ごはん 牛乳 ハンバーグきのこソース 切干し大根の炒め煮 豆乳味噌汁		牛乳		しめじ しいたけ たまねぎ にんにく ★切干しだいこん えだまめ ごぼう ねぎ	ごはん 砂糖	油	しょう油 酢 みりん しょう油 みりん 酒 酒 かつおだし	幼 535 小 671 中 862	1.5 1.9 2.3	
25 金	黒パン 牛乳 さけフライ(ソース) ブロッコリーのマリネ キャロットポタージュ		牛乳		たまねぎ レモン果汁 たまねぎ スイートコーン	黒パン	油	中濃ソース 酢 塩 ベシャメルソース コーンポタージュ 塩 こしょう チキンブイオン	幼 496 小 642 中 822	1.6 2.1 2.8	
28 月	ごはん 牛乳 きびなごフライ②②②②② ごま和え 肉じゃが		牛乳		ほうれんそう にんじん たまねぎ しいたけ えだまめ	ごはん	油	しょう油 酒 しょう油	幼 531 小 696 中 862	1.2 1.4 1.6	
29 火	麦ごはん 牛乳 エビシユウマイ②②②②② ホイコーロウ 回鍋肉 春雨スープ		牛乳		キャベツ にんにく たまねぎ きくらげ	ごはん おおむぎ	油 ごま油	酒 しょう油 テンメンジャン トウバンジャン こしょう	幼 470 小 637 中 781	1.3 1.8 2.1	
〈リクエスト献立・藤代南中学校〉											
30 水	ごはん 牛乳 鶏肉の塩からあげ ごぼうサラダ(ドレッシング) 豚汁 大福アイス		牛乳		ごぼう スイートコーン だいこん ねぎ	ごはん	油	塩 ガーリックパウダー 酒 しょう油 酢 ごまドレッシング 酒 かつおだし	幼 596 小 730 中 874	1.6 2.0 2.4	
31 木	ごはん 乳飲料(プレーン) ポロネーゼハヤシ 豆腐ナゲット②②②②② グリーンサラダ(ドレッシング)		発酵乳		にんにく たまねぎ マッシュルーム キャベツ えだまめ	ごはん	油	ワイン ハヤシフレック ポークブイオン ケチャップ トマトビュール 塩 こしょう サウザンアイランドドレッシング	幼 510 小 658 中 810	1.5 2.0 2.3	

- * 天候等の都合により、献立内容が変更することがあります。
- * ★表記がある食品は、使用されている主な材料から分類し表記しています。
- * 献立名の欄にある○の数字はおかずの数です。
- 左から、幼・小(低)・小(中)・小(高)・中・職員の順に示しています。
- * 不明な点は給食センターへお問い合わせください。(Tel:0297-82-3363)

お知らせ

振替休業日等により、給食のない日は以下のとおりです。

日	学校名	理由
1日	山王小学校	創立記念日
21日	六郷小学校	振替休業日
28日	山王小学校	振替休業日
28日	藤代小学校	振替休業日

栄養素	基準量		4月の平均	
	エネルギー(Kcal)	食塩(g)	エネルギー(Kcal)	食塩(g)
幼稚園	490	1.5	518	1.6
小学校(3・4年)	650	2.0	663	2.0
中学校	830	2.5	833	2.5

学校で配布している献立予定表には「給食だより」を掲載しています。