

日 曜	献 立 名	主 な 材 料						学校給食摂取基準		
		主に体の組織をつくる		主に体の調子を整える		主にエネルギーになる		エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂 質 g
		1 群	2 群	3 群	4 群	5 群	6 群	830	33.0	23.0
1 木	ミニチーズコッペパン みそラーメン あげぎょうざ 2こ チョレギサラダ 小魚（ごまなし）	牛乳 ふた肉 みそ	牛乳 チーズ のり カタクチイワシ	にんじん にち	もやし ねぎ とうもろこし きゅうり キャベツ たまねぎ	パン ちゅうかめん ぎょうざの皮	油 ごま ドレッシング	789	33.7	29.7
2 金	たけのこごはん あじの一夜干し焼き こんぶの五目豆 かきたま汁 こどもの日デザート （りんごとレモンと豆乳とサイダーのゼリー）	牛乳 あじ ふた肉 大豆 ちくわ 油あげ たまご とうふ	牛乳 こんぶ 豆乳	にんじん 小松菜	たけのこ ねぎ りんご果汁 レモン果汁	ごはん さとう でんぶん	油	800	38.7	20.9
7 水	ごはん ポークカレー シーザーサラダ 豆乳パンナコッタ（はちみつレモン）	牛乳 ふた肉 ハム	牛乳 豆乳	にんじん	たまねぎ きゅうり キャベツ とうもろこし レモン果汁	ごはん さとう じゃがいも はちみつ	油 ドレッシング	812	22.1	21.0
8 木	スライスコッペパン スラッピージョー ワントンスープ カラフルポンチ チーズ	牛乳 大豆 ふた肉	牛乳 豆乳 チーズ	にんじん 小松菜	たまねぎ もやし みかん パイナップル いちご果汁	パン さとう ワントンの皮	油 バター	813	36.0	22.7
9 金	セルフ野菜かきあげ丼 （ごはん 野菜かきあげ 天丼のタレ） キャベツのごまあえ とん汁	牛乳 ふた肉 とうふ みそ	牛乳	にんじん しゅんぎく	キャベツ もやし だいこん ねぎ ごぼう たまねぎ	ごはん さとう じゃがいも	油 ごま	901	24.2	31.8
12 月	ごはん 肉だんごのケチャップあえ 2こ 切干し大根のスタミナいため ほうれん草とたまごのスープ	牛乳 ふた肉 たまご ベーコン とり肉	牛乳	にち にんじん ほうれん草	切干し大根 もやし たまねぎ	ごはん さとう でんぶん	ごま油	824	27.3	22.8
13 火	ミニ黒コッペパン 春キャベツのカルボナーラ チキンナゲット 3こ グリーンサラダ	牛乳 ベーコン たまご とり肉	牛乳 チーズ 生クリーム	ブロッコリー	たまねぎ キャベツ きゅうり アスパラガス	パン さとう スパゲティ	バター 油 ドレッシング	836	30.9	32.4
14 水	ごはん なっとう 肉じゃが キャベツの塩こんぶあえ	牛乳 ふた肉 なっとう	牛乳 こんぶ	にんじん	たまねぎ グリーンピース キャベツ きゅうり	ごはん さとう じゃがいも	油 ごま油	794	27.9	16.6
15 木	バターコッペパン ポークブラウンシチュー ツナと海そうのサラダ アセロラゼリー	牛乳 ふた肉 ツナ	牛乳 生クリーム わかめ とさかのり	にんじん	たまねぎ グリーンピース きゅうり キャベツ アセロラ果汁	パン さとう じゃがいも	油 ごま ドレッシング	809	27.4	28.3
16 金	セルフキムタクごはん （ごはん キムタクごはんの具） かつおカツ（ソース） とうふとわかめのみそ汁	牛乳 かつお ふた肉 とうふ みそ	牛乳 わかめ	にんじん	はくさい もやし だいこん ねぎ たまねぎ	ごはん パン粉 さとう	油 ごま油	869	33.5	25.9
19 月	ごはん 肉野菜いため ぎょうざスープ オレンジ	牛乳 ふた肉 とり肉	牛乳	にんじん にち チンゲンサイ	キャベツ もやし ねぎ オレンジ	ごはん ぎょうざの皮	油 ごま	790	27.9	18.4
20 火	スライスコッペパン フランクフルトのケチャップソースかけ フレンチサラダ パンプキンポタージュ	牛乳 フランクフルト ハム	牛乳 生クリーム	かぼちゃ	きゅうり キャベツ とうもろこし たまねぎ	パン	バター ドレッシング	823	30.6	36.1
21 水	ごはん たまご焼き じゃがいもとひじきの煮物 大根ととうふのみそ汁	牛乳 たまご ふた肉 とうふ みそ	牛乳 ひじき わかめ	にんじん	だいこん ねぎ えだまめ	ごはん さとう じゃがいも	油	759	26.7	17.7
22 木	米粉パン とり肉のレモンソースかけ ブロッコリーサラダ はるさめスープ	牛乳 とり肉 ハム ベーコン	牛乳	ブロッコリー にんじん チンゲンサイ	レモン果汁 カリフラワー とうもろこし	米粉パン さとう でんぶん はるさめ	油 ごま ごま油 ドレッシング	780	37.2	33.0
23 金	◆日本味めぐり～佐賀県～◆ ごはん さわらのみそづけ焼き 小松菜のいそかあえ だぶ	牛乳 さわら みそ とり肉 生あげ かまぼこ	牛乳 のり	小松菜 にんじん	もやし ごぼう れんこん いいたけ	ごはん さとう さといも 焼きふ	油	733	30.6	16.6
26 月	ごはん 和風ハンバーグ 五目きんぴら じゃがいものみそ汁	牛乳 とり肉 ふた肉 さつまあげ みそ	牛乳 わかめ	にんじん	だいこん りんご レモン果汁 ごぼう たまねぎ	ごはん さとう でんぶん じゃがいも	油 ごま油	811	28.0	20.5
27 火	あげパン（ココアコッペパン） スクランブルエッグ ミネストローネ 県産ヨーグルト	牛乳 たまご ウィンナー ベーコン	牛乳 チーズ ヨーグルト	ほうれん草 にんじん トマト	とうもろこし たまねぎ しめじ キャベツ	パン さとう マカロニ	油 バター	791	27.2	32.6
28 水	もち麦ごはん 具だくさんマーボー豆腐 しゅうまい 2こ もやしときゅうりのサラダ	牛乳 とうふ ふた肉 みそ ハム	牛乳	にんじん	ねぎ たけのこ しいたけ もやし きゅうり	もち麦 ごはん さとう でんぶん しゅうまいの皮	油 ごま ごま油	814	34.3	22.0
29 木	ココアコッペパン（あげパン） ポテトのチーズ煮 ミートボールスープ マスカットゼリー	牛乳 ベーコン ふた肉 とり肉	牛乳 チーズ	パセリ にんじん 小松菜	たまねぎ キャベツ マスカット果汁	パン さとう じゃがいも	バター 油	796	28.1	27.2
30 金	ごはん さばのみそ煮 ほうれん草のおひたし けんちん汁	牛乳 さば みそ とり肉 とうふ	牛乳	ほうれん草	もやし だいこん にんじん ごぼう ねぎ	ごはん さとう さといも	油	805	32.2	23.3

※食材料購入の都合により、献立を一部変更する事があります。

※食べ物を誤飲しないように、ご家庭でも、よくかんで食べることをご指導ください。
また、給食で使用している魚は大きな骨は取り除いていますが、小骨が残っている
場合もあります。気をつけて食べましょう。



★あげパン実施校



27日 (火)	田沼小 吉水小 梶本小 多田小 田沼東中 あそ野学園
29日 (木)	城北小 旗川小 赤見小 石塚小 出流原小 赤見中 葛生義務

◆日本味めぐり◆

5月23日（金）

さがけん
佐賀県



※ 4月分の給食費口座振替日は 5月8日です。未納とならないよう前日までにご登録の口座へご入金をお願いします。