

2月 こんだてよていひょう

令和5年度 菊池市泗水学校給食センター

日	曜	主食	牛乳	おかず	主な材料			エネルギー (kcal)
					赤(あか)	黄(き)	緑(みどり)	
								上段 小学校
1	木	火の国パン		ポークビーンズ コールスローサラダ ほうれん草オムレツ	牛乳 ぶた肉 大豆 卵	ひのくにパン さとう じゃがいも オリーブ油	にんじん たまねぎ いんげん しめじ キャベツ コーン	561 733
2	金	麦ごはん		いわしのおかか煮 豚汁 キャベツのごま和え・節分豆	牛乳 いわし ぶた肉 豆腐 大豆	米 麦 ごま油 こんにゃく ごま ねりごま さといも さとう	しょうが ごぼう だいこん 白菜 にんじん しいたけ ねぎ 寒天 キャベツ	648 777
5	月	セルフおにぎり (のり) (しそこんぶ)		大根のそぼろ煮 白菜のおかか和え	牛乳 のり こんぶ とり肉 ちぎりあげ 厚あげ かつおぶし	米 麦 しらたき さとう 油 ごま	だいこん しょうが にんじん たまねぎ しいたけ いんげん 白菜 こまつな	597 725
6	火	丸パン(カット)		チキンパティ キャベツ 小松菜のミルクスープ 白桃のジュレ	牛乳 チキン照焼パティ 豆腐 白いんげん 生クリーム	丸パン さとう オリーブ油 じゃがいも 米粉	キャベツ たまねぎ こまつな にんじん しめじ もも	618 726
7	水	ひじきごはん		ししゃもフリッター 白菜の甘酢和え 大根のみそ汁	牛乳 ひじき ししゃも 油揚げ 豆腐	油 米 麦 さとう	にんじん えだまめ 白菜 えのきたけ だいこん ねぎ	534 731
8	木	麦ごはん		親子うどん じゃこと野菜の和え物	牛乳 とり肉 卵 ちりめん こんぶ	米 麦 うどん でんぶん さとう	たまねぎ にんじん しいたけ ねぎ キャベツ ほうれん草	583 712
9	金	麦ごはん		ちくわのいそべ揚げ ほうれん草のおひたし 水炊き	牛乳 ちくわ 青のり かつおぶし とり肉 厚揚げ とりだんご	米 麦 でんぶん 油 こむぎこ さとう しらたき	ブロッコリー もやし ほうれん草 にんじん 白菜 ねぎ えのきたけ	615 779
13	火	こめこパン		豆腐と野菜の中華煮 春巻き りんご	牛乳 ぶた肉 うずら卵 とうふ はるまき	こめこパン さとう ごま油 でんぶん 油	しょうが にんにく 白菜 ねぎ たまねぎ チンゲンサイ にんじん しいたけ りんご	624 814
14	水	麦ごはん		さばのカレーしょうゆづけ キャベツのしそ昆布和え はんぺんのすまし汁	牛乳 さば はんぺん とうふ こんぶ わかめ	米 麦	キャベツ にんじん ほうれん草 えのきたけ ねぎ	645 740
15	木	ロールパン		カルボナーラ風スパゲッティ キャベツとブロッコリーのサラダ 大豆といりこの香りあえ	牛乳 卵 ベーコン チーズ 生クリーム 大豆 いりこ 青のり	ロールパン さとう スパゲッティ バター オリーブ油 ごま	たまねぎ エリンギ しめじ キャベツ ブロッコリー にんじん コーン	645 810
☆ ふるさとくまさんデー(宇城) ☆								
16	金	麦ごはん		ハヤシ シーフードサラダ デコボン	牛乳 牛肉 チーズ いか かいそう	米 麦 油 アーモンド さとう オリーブ油	たまねぎ にんじん しめじ グリーンピース キャベツ ブロッコリー パプリカ コーン レモン しらぬい	670 842
19	月	麦ごはん		卵焼き れんこんのきんぴら 石狩汁	牛乳 卵 くきわかめ サケ 豆腐	米 麦 こんにゃく ごま油 さとう	れんこん にんじん いんげん 白菜 だいこん ねぎ	643 768
20	火	丸パン(カット)		冬野菜のスープ煮 サケチーズフライ 人参サラダ チョコタルト	牛乳 とり肉 大豆 サケ チーズ ツナ	丸パン さとう オリーブ油 油 チョコタルト	ごぼう れんこん だいこん たまねぎ ブロッコリー しめじ しょうが にんじん キャベツ	708 843
21	水	麦ごはん		マーボー豆腐 春雨とブロッコリーのサラダ	牛乳 とうふ ぶた肉 牛肉	米 麦 さとう でんぶん ごま油 はるさめ	しょうが にんにく たまねぎ にんじん たけのこ しいたけ ねぎ コーン キャベツ ブロッコリー	665 820
22	木	梅わかめごはん		大豆の五目煮 きのこ汁 いきなりだんご	牛乳 ちりめん わかめ ちくわ 牛肉 大豆 とり肉 とうふ	米 麦 ごま こんにゃく さとう ごま油 でんぶん さつまいも こむぎこ	れんこん ごぼう にんじん いんげん えのきたけ しめじ ねぎ	621 753
☆ あじめぐり(北海道) ☆								
26	月	麦ごはん		サケの塩バター焼き 松前漬 いももちだんご汁	牛乳 サケ するめ こんぶ 油揚げ	米 麦 バター さとう いももち 油	切干し大根 こまつな にんじん だいこん 干切ごぼう しいたけ ねぎ	577 704
27	火	コッペパン(小) あげパン(中)		タイビーエン 大根と海そうのサラダ クリームゴールド(小)	牛乳 きな粉 ぶた肉 かまぼこ うずら卵 海そう	コッペパン さとう 油 はるさめ アーモンド オリーブ油	キャベツ きくらげ にんじん ねぎ にんにく しょうが だいこん	583 746
28	水	麦ごはん		カツカレー サラダで元氣	牛乳 ヒレカツ チーズ チキンハム こんぶ	米 麦 油 オリーブ油 さとう じゃがいも	にんにく しょうが たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり コーン	689 833
☆ きくちさんデー(ほうれんそう) ☆								
29	木	食パン		スパゲティナポリタン ほうれん草とツナサラダ ヨーグルト	牛乳 ぶた肉 ベーコン チーズ ツナ ヨーグルト	食パン さとう スパゲティ バター オリーブ油	にんにく たまねぎ しめじ ブロッコリー にんじん キャベツ ほうれん草 コーン	686 854

※献立および材料は都合により変更することがあります。ご了承ください。