

4月こんだてよていひょう

令和7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)	
					ちやにくやほねになる	ねつやちからになる	からだのちょうしをととのえる	
10	木	麦ごはん	牛乳	マー婆ー豆腐 春雨の中華サラダ	牛乳 豆腐 ぶた肉 大豆 テツメソーヤソ ツナ	米 麦 ごま油 さとう でんぶん はるさめ	しょうが にんにく たまねぎ にんじん しいたけ ねぎ きゅうり キャベツ きくらげ	621 761
11	金	麦ごはん	牛乳	焼き肉丼 わかめスープ	牛乳 豚肉 豆腐 わかめ	米 麦 ごま油 さとう でんぶん	たまねぎ キャベツ もやし にんじん ピーマン しょうが にんにく えのきたけ ねぎ	597 730
14	月	麦ごはん	牛乳	チキンカレー 海そうサラダ	牛乳 とり肉 ちりめん 海そう	米 麦 ジャガイモ 油 さとう	にんにく しょうが たまねぎ にんじん キャベツ コーン きゅうり	618 757
15	火	ミルクパン	牛乳	スパゲッティーナポリタン キャベツとツナのサラダ	牛乳 ベーコン チーズ ツナ	ミルクパン さとう エッグ ティ バター 油	にんにく たまねぎ しめじ ピーマン にんじん キャベツ きゅうり	621 752
16	水	麦ごはん	牛乳	魚の天玉あげ かき卵汁 小松菜のごまあえ	牛乳 木キ 卵 豆腐 かまぼこ	米 麦 油 でんぶん さとう ごま	にんじん たまねぎ チンゲンサイ こまつな もやし キャベツ	590 720
17	木	米粉パン	牛乳	春キャベツのミルクスープ 彩り野菜のレモン風味和え ハンバーグ(ケチャップソース)	牛乳 とり肉 白いんげん 豆乳 生クリーム ハンバーグ	米粉パン さとう 油 ジャガイモ 米粉 オリーブ油 バター	キャベツ にんじん しめじ きゅうり コーン ブロッコリー レモン	617 754
18	金	麦ごはん	牛乳	いわしのしょうが煮 きゅうりの昆布和え 豚汁	牛乳 いわし こんぶ 豚肉 豆腐	米 麦 さとう 油 ごま こんにゃく ジャガイモ	きゅうり キャベツ にんじん ごぼう だいこん ねぎ	603 738
21	月	麦ごはん	牛乳	じゃがいものそぼろ煮 小松菜の和え物	牛乳 とり肉 ちぎりあげ 厚揚げ ハム 卵	米 麦 ジャガイモ しらたき さとう ごま油	たまねぎ にんじん しいたけ しょうが こまつな きゅうり もやし コーン	617 763
22	火	かぼちゃパン	牛乳	ミネストローネ ほうれん草オムレツ フルーツミックス	牛乳 ベーコン 大豆 卵	かぼちゃパン じゃがいも 油 さとう	かぼちゃ たまねぎ にんじん キャベツ トマト パセリ パイン みかん もも カクテルゼリー	598 790
☆ふるさとくまさんデー（山鹿の味）・菊池産デー（たけのこ）☆								
23	水	たけのこご飯	牛乳	みそけんちん汁 さわらフライ	牛乳 油揚げ とり肉 豆腐 さわら	米 さとう 油	たけのこ しいたけ だいこん ごぼう にんじん えのきたけ 白菜 こまつな	590 688
24	木	麦ごはん	牛乳	親子丼 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 さとう でんぶん	にんじん たまねぎ しいたけ ねぎ キャベツ こまつな	581 712
25	金	チキンライス	牛乳	野菜のスープ ししゃもフリッター	牛乳 とり肉 ベーコン ししゃも	米 油 バター じゃがいも	えだまめ たまねぎ にんじん キャベツ しめじ チンゲンサイ	617 841
28	月	麦ごはん	牛乳	魚のこうみソースあえ たまねぎのみぞ汁	牛乳 タラ 豆腐 油揚げ	米 麦 でんぶん 油 さとう	えだまめ コーン にんじん にんにく しょうが ねぎ えのきたけ たまねぎ	648 798
☆ 非常食を味わう日 救給（きゅうきゅう）カレー ☆								
30	水	救給カレー	牛乳	だんご汁 バナナ ヨーグルト	牛乳 油揚げ とり肉 ヨーグルト	きゅうきゅうカレー こむぎこ	ごぼう にんじん しいたけ ねぎ こまつな バナナ	676 899

※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。