



4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)	
					ちやにくやほねになる			ねつやちからになる
12	水	ごはん		焼き肉丼 わかめスープ	牛乳 ぶた肉 豆腐 わかめ	米 ごま油 さとう でんぷん	たまねぎ キャベツ もやし ねぎ にんじん ピーマン しょうが えのきたけ	581 719
13	木	にんじんパン		ミートスパゲティー コーンサラダ	牛乳 ぶた肉 牛肉 チーズ	にんじんパン スパゲティ バター さとう オリーブ油	にんじん たまねぎ しめじ パセリ キャベツ きゅうり コーン	614 752
14	金	ごはん		魚のこうみソースあえ たけのこと玉ねぎのみそ汁	牛乳 ホキ 豆腐	米 油 さとう	黄パプリカ にんじん しょうが えだまめ えのき たまねぎ たけのこ ねぎ	593 725
17	月	麦ごはん		マーボー春雨 もやしのあえもの いわしのおかか煮	牛乳 とうふ ぶた肉 いわし ツメヅ ャ オイルソース	米 麦 はるさめ ごま油 さとう でんぷん	しょうが にんにく たまねぎ にんじん しいたけ ねぎ もやし ほうれん草	686 中：中止
18	火	丸パン(カット)		春キャベツのミルクスープ きゅうりとツナのサラダ とうふハンバーグ	牛乳 白いんげん豆 ベーコン 生クリーム 豆乳 ツナハンバーグ	丸パン さとう オリーブ油 じゃがいも 米粉	にんにく キャベツ にんじん しめじ きゅうり コーン	602 737
19	水	たけのご飯		かきたま汁 さわらフライ きゅうりのしそ昆布和え	牛乳 油揚げ とり肉 卵 とうふ さわら こんぶ	米 さとう 油 でんぷん ごま	たけのこ しいたけ にんじん こんにゃく 寒天 ねぎ きゅうり	576 669
20	木	麦ごはん		干草焼き じゃがいもの味噌汁 水田ごぼうのしぐれ煮	牛乳 卵 とうふ 牛肉	米 麦 じゃがいも 油 さとう こんにゃく	にんじん えのきたけ ねぎ しょうが ごぼう しいたけ いんげん	647 817
21	金	麦ごはん		チキンカレー 海そうサラダ ムース	牛乳 とり肉 チーズ かいそう ムース	米 麦 じゃがいも オリーブ油 さとう	にんにく しょうが たまねぎ にんじん グリンピース きゅうり もやし	694 833
24	月	麦ごはん		じゃがいものそぼろ煮 ツナマヨあえ	牛乳 とり肉 ちぎりあげ ツナ	米 麦 じゃがいも しらたき さとう ハエグ マネズ	たまねぎ にんじん しいたけ えだまめ しょうが キャベツ コーン	650 799
25	火	ココアパン		コーンポタージュ ししゃもフリッター 春キャベツのアーモンドサラダ	牛乳 ししゃも 白いんげん豆 豆乳 生クリーム	ココアパン さとう 油 バター 米粉 アーモンド	たまねぎ コーン にんじん キャベツ ブロッコリー 赤パプリカ レモン	638 842
☆ きくちさんデー (水田ごぼう) ☆								
26	水	わかめごはん		親子うどん かみかみあえ	牛乳 わかめ とり肉 卵 さきいか	米 麦 うどん 油 さとう オリーブ油	たまねぎ にんじん ねぎ しいたけ ごぼう きゅうり	590 723
27	木	ミルクパン		キャベツのメンチカツ アスパラサラダ ミネストローネ	牛乳 メンチカツ とり肉	ミルクパン さとう 油 じゃがいも オリーブ油	アスパラガス きゅうり にんじん コーン たまねぎ キャベツ トマト パセリ	579 779
☆ ふるさとくまさんデー (熊本市の味) ☆								
28	金	ごはん		タイビーエン コーンしゅうまい 小松菜ともやしのあえもの	牛乳 ぶた肉 かまぼこ うずら卵 しゅうまい ちりめん わかめ	米 はるさめ 油 ごま油 さとう	キャベツ きくらげ にんじん ねぎ にんにく しょうが もやし こまつな	549 730

※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。