



4月こんだてよていひょう

～おもて～(2016年度)

菊池市泗水学校給食センター 0968(38)3222

日	曜	こんだてめい 献立名	赤の食品 (おもに体をつくる)		緑の食品 (おもに体の調子をととのえる)		黄の食品 (おもにエネルギーとなる)		カロリー 幼稚園 小学校 中学校
			たんぱく質 肉・魚・卵・大豆 大豆製品	無機質 海藻・小魚 乳・乳製品	緑黄色野菜	ビタミン 淡色野菜・果物	炭水化物 米・パン・麺・芋	脂質 油脂	
11	月	麦ごはん 牛乳 手作り豆腐ハンバーグ ほうれん草のひじき和え 鶏ごぼう汁	ぎゅうにゅう	ふたにく とりにく たまご とうふ こうやとうふ ぎゅうにゅう	たまねぎ	ほうれんそう もやし きゃべつ にんじん コーン	7ぶつきまい むぎ	れんにゅう ごま さとう ごまあぶら	中2・3 のみ 816
12	火	ミルクパン 牛乳 春野菜のスパゲティ きびなごカリカリフライ じゃがいもの胡麻マヨサラダ	ぎゅうにゅう	ふたにく ぎゅうにゅう とうにゅう	きゃべつ たまねぎ ブロッコリー アスパラガス パセリ にんじん にんにく		ミルクパン	スパゲティめん バター なたねあぶら じゃがいも ごま マヨネーズ さとう	幼 中止 683 855
13	水	入学・進級お祝いメニュー			あずき		うるちまい もちごめ あかまい ごま		
13	水	お赤飯 牛乳 鶏の唐揚げ 切干大根の和え物 すまし汁 お祝い苺ゼリー	ぎゅうにゅう	とりにく みそ とうふ なまふ わかめ	にんにく しょうが きりぼしだいこん ブロッコリー ほうれんそう にんじん コーン	えのき にんじん ねぎ		ごむぎこ でんぷん なたねあぶら ごま マヨネーズ さとう	584 651 811
14	木	(中)米粉パン (幼・西)手作りパン 牛乳 水田ごぼうと牛肉のうどん 豆腐と野菜のごま和え 果物(デコボン)	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう あぶらあげ とうふ しらす かんてん	ごぼう たまねぎ にんじん しいたけ ねぎ しょうが きゃべつ にんじん ブロッコリー デコボン		こめこパン まるパン	うどんめん さとう ごまあぶら ごま ねりごま さとう	432 526 738
15	金	たけのこごはん 牛乳 鱈(さわら)フライ キャベツのピーナッツ和え 里芋の味噌汁	あぶらあげ こうやとうふ ぎゅうにゅう	さわらフライ	たけのこ にんじん しいたけ いんげん		こめ むぎ ごま さとう	なたねあぶら ピーナッツ さとう さといも	540 588 747
18	月	無農薬米ごはん(7分づき) 牛乳 ポークカレー 海藻サラダ ハリハリ漬け	ぎゅうにゅう	ふたにく かいそう だいす	たまねぎ にんじん しめじ りんご にんにく しょうが にんじん きゃべつ ブロッコリー		こめ	じゃがいも オリーブオイル バター ルウ ごま なたねあぶら	543 618 769
19	火	お誕生日会(食育の日)					ひのくにパン		
19	火	火の国パン 牛乳 ラビオリとお豆のトマトソース煮 キャベツのアーモンド和え 野菜スープ	ぎゅうにゅう	だいす とりにく	にんにく バジル トマトピューレ きゃべつ アスパラガス にんじん コーン たまねぎ にんじん ブロッコリー しめじ パセリ		ラビオリ きんときまめ バター れんにゅう アーモンド コーロド ロウソク じゃがいも オリーブオイル	472 598 758	
<p>～ きゃべつ豆知識 ～</p> <p>きゃべつはビタミンC、カロテン、葉酸、食物繊維、カルシウム、ビタミンBを多く含んでいます。胃腸の働きを助ける酵素も豊富です。キャベツは美味しく食べて健康になれる野菜のひとつです。</p> <p>今は「春キャベツ」が美味しいんだモン!</p>									
20	水	鮭わかめごはん 焼海苔 牛乳 信田煮 キャベツの胡麻和え もずくのかきたま汁	さけ わかめ のり ぎゅうにゅう	にくしのだ	きゃべつ にんじん コーン ほうれんそう	ねぎ	こめ むぎ	ごま てんさいとう もち でんぷん	510 612 中止

ご入学・ご進級おめでとうございます



期待に胸をふっくらませ、希望に満ちた新年度の始まりですね。お子様の健やかな成長をサポートできるよう、給食センター職員一同力を合わせて頑張っています。

皆さんの健やかな成長を願っています

泗水給食センターでは米飯日14名、パン日12名で泗水幼稚園・泗水西小・泗水東小・泗水小・泗水中1460食の給食を心を込めて作ります。



4月 こんだてよていひょう ~うら~ (2016年度)

菊池市泗水学校給食センター 0968 (38) 3222

日 曜	こんだてめい 献立名	赤の食品 (おもに体をつくる) たんぱく質 肉・卵・大豆 大豆製品 無機質 海藻・小魚 乳・乳製品	緑の食品 (おもに体の調子をととのえる) 緑黄色野菜 ビタミン 淡色野菜・果物	黄の食品 (おもにエネルギーとなる) 炭水化物 米・パン・麺・芋 脂質 油脂	カロリー
					幼稚園 小学校 中学校
21 木	セルフホットドッグ	ポークウィンナー		コッペパン	564 705 875
	牛乳	ぎゅうにゅう			
	野菜のソテー		アスパラガス きゃべつ たまねぎ にんじん	バター	
	コーンポタージュスープ	とうにゅう ぎゅうにゅう	たまねぎ コーン パセリ	バター こめこ	
	豆乳プリン			とうにゅうプリン	
日本全国	あじめぐり	佐賀県	「だぶ」はだし汁をたくさん入れて「ざぶざぶ」作る具だくさんの煮物です。		
22 金	発芽玄米ごはん			こめ はつがげんまい	510 642 748
	牛乳	ぎゅうにゅう			
	ヤズのフライ	ヤズのフライ		なたねあぶら	
	筍の酢みそ和え	イカ わかめ みそ	わけのこ わけぎ	ごま さとう	
	だぶ(汁物)	とりにく なまあげ ぶ やきあご	ごぼう れんこん だいこん こんにゃく しいたけ		
25 月	麦ごはん			こめ むぎ	540 609 751
	牛乳	ぎゅうにゅう			
	肉じゃが	ぎゅうにく なまあげ ちぎりあげ	たまねぎ にんじん こんにゃく いんげん	じゃがいも さとう なたねあぶら	
	もやしやしそ昆布和え	しそこんぶ	もやし こまつな	ごま てんさいとう	
	すいか		すいか		
26 火	ミルクパン			ミルクパン	497 639 763
	牛乳	ぎゅうにゅう			
	パリパリ焼きそば	ぶたにく うずらのたまご イカ	たけのこ しいたけ きゃべつ にんじん たまねぎ ねぎ にんにく しょうが	ちゃーめん でんぷん ごまあぶら	
	杏仁フルーツ	あんにとろふ ぎゅうにゅう とうにゅう	もも みかん ベリー	さとう	
	一食アーモンドカル	いりこ		アーモンド	
27 水	麦ごはん 焼きあごのふりかけ	やきあご のり	ぬか	こめ むぎ ごま	555 627 777
	牛乳	ぎゅうにゅう			
	白身魚フライ	さかなのフライ		なたねあぶら	
	ラビコットソース		たまねぎ パプリカ きゅうり パセリ	さとう	
	キムチ豚汁	ぶたにく とうふ やきあご みそ	はくさいキムチ ごぼう だいこん にんじん しいたけ たまねぎ ねぎ こんにゃく	バター ごまあぶら	
28 木	ソフトフランスパン 苺ジャム			フランスパン いちごジャム	幼中止 609 774
	牛乳	ぎゅうにゅう			
	鶏肉のハーブ焼き	とりにく	バジル にんにく	オリーブオイル	
	コールスローサラダ		キャベツ にんじん コーン	コーン・ドレッシング	
	ミネストローネ	ウィンナー	たまねぎ ブロッコリー にんじん トマトピューレ しめじ にんにく	じゃがいも バター さとう オリーブオイル	

※都合により献立や材料を変更することがありますのでご了承ください。

菊池・泗水産品について

1年を通じて菊池・泗水で収穫される新鮮な野菜や果物をより多く給食で使用して、子どもたちにお届けしていきます。
地産地食を学校給食でも推進してまいります。

泗水の学校給食について



給食費について

平成28年度の給食費
幼稚園：月額3500円×11ヶ月
小学校：月額4100円×11ヶ月
中学校：月額4700円×11ヶ月

だし・調味料について

だしは天然の素材から「旨み」を引き出したもの！日本食の宝物
▼
かつお節・こんぶ・あご・しいたけから出汁をとります。
調味料も「〇〇風」のものではなく、天日塩や無添加のものをで

食物アレルギー対応について

必要に応じてアレルギー対応食や、使用食材の詳細を表示した資料を提示しております。対応を必要とされる方は学校を通じてお申し出ください。

給食時間の約束

楽しい給食時間になるように、約束やマナーを守って過ごしましょう。

給食の前には、手をきれいに洗いましょう。	給食当番は、きれいなエプロン、帽子、マスクをつけましょう。	食べ終わったら、騒がず静かに待ちましょう。
静かに並んで配膳しましょう。	苦手なものも食べてみましょう。	「いただきます」のあいさつをしましょう。