

平成28年度



給食献立予定表



菊池地区学校給食共同調理場

ひ	よう	しゅしょく	ぎゅうにゅう	おかず	ざいりょう			エネルギー たんぱく質
					赤(あか) ちやくやほねになる	黄(き) ねつやちからになる	緑(みどり) からだのちょうしをととのえる	
☆☆☆こんだてコンクール入賞作品☆☆☆								
1	すい	麦ごはん		キムチスープ さつま芋とひき肉のマーボー風 ゆかりあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ こうやとうふ みそ だいず	こめ むぎ あぶら ごまあぶら さつまいも でんぶん	キムチ にんじん たけのこ ねぎ しめじ たまねぎ きゅうり にんにく もやし ゆかり しょうが	570 21.1
☆☆☆こんだてコンクール入賞作品☆☆☆								
2	もく	かぼちゃパン		とり肉と野菜のチーズ煮込み アーモンドサラダ	ぎゅうにゅう とりにく ハム うずらまめ きんときまめ チーズ しろいんげんまめ	かぼちゃパン じゃがいも バター こむぎこ アーモンド ヤーコン さとう あぶら	たまねぎ にんじん なす アスパラガス キャベツ きゅうり	661 22.9
☆☆☆こんだてコンクール入賞作品☆☆☆								
3	きん	ヘルシー丼		つみれ汁 節分豆	とりにく たまご ごぼうだんご ぎゅうにゅう とうふ 節分豆 本かつお	こめ むぎ さとう でんぶん あぶら さといも	にんじん キャベツ しいたけ ねぎ えのきたけ はくさい	626 30.7
☆☆☆こんだてコンクール入賞作品☆☆☆								
6	げつ	きくちの チャーハン		わかめスープ ぎょうざ ナムル	ぎゅうにゅう とうふ たまご かまぼこ きゅうり (えこめぎゅう) わかめ ぎょうざ	こめ むぎ あぶら バター ごま ごまあぶら さとう	たまねぎ にんじん えだまめ コーン しいたけ えのきたけ もやし きゅうり	648 25.0
7	か	あげパン		ラビオリスープ カシューナッツサラダ	きなこ ぶたにく ぎゅうにゅう チーズ	コッペパン カシューナッツ さとう くるざとう ラビオリ	たまねぎ にんじん しいたけ もやし チンゲンサイ きゅうり キャベツ	589 21.7
8	すい	麦ごはん		さといものそぼろ煮 ごまじゃこサラダ 納豆	ぎゅうにゅう とりにく てんぷら なまあげ ちりめん わかめ	こめ むぎ さとう さといも つきこんにやく あぶら すりごま ごま ごまあぶら	にんじん えだまめ しいたけ キャベツ きゅうり	588 25.0
9	もく	まるパン カット (セルフバーガー)		ハンバーグのケチャップソースかけ ポトフ はるか	ぎゅうにゅう ハンバーグ ウィナー とりにく	まるパン さとう じゃがいも オリーブ油	たまねぎ キャベツ にんじん しめじ えだまめ みかん	615 24.5
10	きん	麦ごはん		とりレバーのナッツ炒め さといものみそ汁	ぎゅうにゅう とりにく あげ 若とりレバー 竜田揚げ みそ	こめ むぎ あぶら でんぶん カシューナッツ さとう ごまあぶら さといも	たまねぎ ピーマン はくさい えのきたけ にんじん ねぎ しょうが	696 24.9
13	げつ	チキン カレーライス		こんにやくサラダ フルーツムース	ぎゅうにゅう とりにく ぎゅうにゅう ちりめん チーズ こんにやく かんてん ムース	こめ むぎ あぶら じゃがいも さとう ごまあぶら	にんじん たまねぎ キャベツ きゅうり にんにく	679 20.0
14	か	ミルクパン		かぶのミルクスープ ブロッコリーサラダ	ぎゅうにゅう しろいんげんまめピューレ とりにく ぶたにく ハム	ミルクパン アーモンド こむぎこ バター あぶら	たまねぎ かぶ はくさい コーン にんじん えだまめ キャベツ きゅうり ブロッコリー	573 23.5
15	すい	こぎつね ごはん		豚汁 ヤーコンのごまネーズあえ	ぎゅうにゅう とりにく あげ ぶたにく だいず みそ	こめ さとう あぶら さとう こんにやく さといも ヤーコン すりごま マヨネーズ ねりごま	にんじん えだまめ ごぼう ねぎ だいこん しいたけ きゅうり コーン キャベツ	649 27.4
16	もく	こめこパン		タイピーエン 春巻き キャベツの甘酢和え	ぎゅうにゅう ぶたにく 春巻 いか うずらのたまご かまぼこ	こめこパン はるさめ あぶら あぶら さとう	きくらげ にんじん たまねぎ はくさい ねぎ しょうが キャベツ きゅうり	599 24.8
☆☆☆☆☆ ふるさとくまさんデー『ごぼう』 「赤米」は菊池北小学校5年生が作ったものです ☆☆☆☆☆								
17	きん	赤米ごはん		はんぺん汁 さんまみぞれに きんぴらごぼう	ぎゅうにゅう 茎わかめ わかめ はんぺん さんまみぞれに てんぷら	こめ あかまい ごまあぶら つきこんにやく さとう ごま あぶら	えのきたけ にんじん たまねぎ ねぎ ごぼう	587 24.1
☆☆☆☆☆ あじのたび『福島県』 ☆☆☆☆☆								
20	げつ	鮭のまぜごはん		ざくざく汁 じゅねんあえ	ぎゅうにゅう とりにく ちくわてんぷら かまぼこ	こめ むぎ さとう さといもこんにやく あぶら ごま ねりごま	にんじん だいこん ごぼう しいたけ キャベツ ほうれんそう	611 21.7
21	か	コッペパン		ビーフシチュー フルーツ白玉	ぎゅうにゅう ぎゅうにく (えこめぎゅう)	コッペパン さとう しらたまだんご じゃがいも あぶら カクテルゼリー	たまねぎ にんじん しめじ グリーンピース みかん パイン もも パナナ にんにく しょうが	733 24.0
22	すい	麦ごはん		とうふのみそ汁 いわししょうがが煮 ごまあえ	ぎゅうにゅう とうふ あげ わかめ みそいわししょうがが煮	こめ むぎ さとう ごま ねりごま	えのきたけ にんじん ねぎ こまつな もやし	586 24.3
23	もく	こくとうパン		ミネストローネ ししゃもフライ ツナマヨサラダ	ぎゅうにゅう ベーコン 子持ちししゃもフライ ミックスビーンズ ツナ わかめ	こくとうパン マカロニ あぶら マヨネーズ じゃがいも	たまねぎ にんじん キャベツ コーン きゅうり	699 25.8
24	きん	麦ごはん		肉じゃが 春雨のすのもの	ぎゅうにゅう ぶたにく ハム なまあげ わかめ	こめ むぎ あぶら ごま じゃがいも つきこんにやく さとう はるさめ ごまあぶら	にんじん たまねぎ いんげん きゅうり キャベツ	606 20.0
27	げつ	麦ごはん		かきたま汁 かき揚げ 大根のじゃこあえ	ぎゅうにゅう たまご とうふ かまぼこ ちりめん	こめ むぎ でんぶん さとう ごまあぶら かきあげ	たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ だいこん	587 23.8
28	か	チョコスティック		ミートスパゲティ キャベツとりんごのサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく ハム だいず チーズ	チョコスティック あぶら スパゲティ さとう	にんじん たまねぎ しめじ グリーンピース トマト キャベツ りんご きゅうり	664 25.6

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。