



日 曜	* こんだて *	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			
9 火	米粉入りにんじんパン 牛乳	牛乳				米粉入りにんじんパン		544	
	スパゲッティーナポリタン	ベーコン チーズ	にんにく 玉ねぎ しめじ ピーマン パプリカ にんじん			スパゲッティ オリーブ油 バター		639	
	れんこんとツナのサラダ	ツナ かいそう	れんこん ブロッコリー きゅうり			ごま ごま油 アーモンド 青じそドレッシング さとう		829	
★お正月メニュー★									
10 水	五色の混ぜごはん 牛乳	牛乳		かぶ しば漬け にんじん 青じそ 野沢菜		米 麦		579	
	ぶりのてりやき	ぶり						638	
	紅白なます			だいこん にんじん		ごま さとう		780	
	そうに	とり肉 するめ だし(昆布・かつお節)		だいこん にんじん ごぼう しいたけ こまつな		もち 里いも			
11 木	ココアパン 牛乳	牛乳				ココアパン		623	
	キャベツのメンチカツ	ぶた肉		キャベツ 玉ねぎ				710	
	じゃがいものサラダ	米みそ		にんじん きゅうり		じゃがいも アーモンド マヨネーズ さとう		834	
	うすら卵のクリームに	うすら卵 いんげん豆 牛乳		にんじん 玉ねぎ コーン ブロッコリー		マカロニ 生クリーム 米粉 バター オリーブ油			
12 金	麦ごはん 牛乳	牛乳				米 麦		602	
	里いものそぼろに	とり肉 大豆 厚あげ		しょうが こんにゃく 枝豆 にんじん 玉ねぎ しいたけ		里いも さとう		674	
	わかめのみそ汁	油あげ みそ わかめ だし(昆布・かつお節)		えのきたけ こまつな ねぎ				821	
	りんご ぶりかけ	ぶりかけ		りんご					
15 月	麦ごはん					米 麦		594	
	牛乳	牛乳						672	
	チキンカレー	とり肉 チーズ		にんにく しょうが 玉ねぎ にんじん グリンピース		じゃがいも 油		832	
	れんこんのひじきあえ	しそひじき		れんこん きゅうり うめ干し		ごま さとう			
16 火	米粉パン 牛乳	牛乳				米粉パン		582	
	れんこんのはさみあげ	とり肉 みそ		れんこん 玉ねぎ				648	
	マカロニサラダ			きゅうり にんじん コーン ブロッコリー		マカロニ マヨネーズ さとう		797	
	オニオンスープ	ベーコン		玉ねぎ にんじん パセリ		バター			
	うまかってん	かたくちいわし 昆布 あおさ 大豆		ひまわりの種 かぼちゃの種		落花生 アーモンド 松の実 ごま			
★ふるさとくまさんデー★～ねぎ～									
17 水	麦ごはん 牛乳	牛乳				米 麦		578	
	塩さば	塩さば						665	
	切り干し大根の即席漬け	するめ		切り干しだいこん にんじん		ごま さとう		820	
	水炊き	とり肉 焼き豆腐 つくね だし(昆布・かつお節)		糸こんにゃく 白菜 ねぎ にんじん しめじ					
18 木	黒糖パン 牛乳	牛乳				黒糖パン		472	
	きびなごのカリカリフライ	きびなご		しょうが		じゃがいも		570	
	にんじんサラダ	ツナ		にんじん きゅうり 玉ねぎ		さとう オリーブ油		795	
	冬野菜のポトフ	ウインナー		にんじん だいこん パセリ ブロッコリー 白菜 玉ねぎ		じゃがいも			
19 金	わかめごはん 牛乳	わかめ 牛乳				米 麦			
	干草焼き	卵 とり肉 チーズ		玉ねぎ にんじん ほうれん草 しいたけ					幼: 中止
	ヤーコンのきんぴら	くきわかめ 天ぷら		ヤーコン こんにゃく にんじん		ごま ごま油 さとう		658	
	ぶた汁	ぶた肉 みそ だし(昆布・かつお節)		にんじん だいこん ごぼう こんにゃく しいたけ ねぎ しょうが		じゃがいも 油		827	
★献立コンクール入賞作品(ごぼうと牛肉のシシリアンライス)★									
22 月	セルフシシリアンライス	牛肉		レタス にんにく しょうが ごぼう にんじん 玉ねぎ		米 麦 油 さとう 一食マヨネーズ		599	
	牛乳	牛乳						675	
	わかめスープ	わかめ 豆腐		玉ねぎ しめじ ねぎ		ごま油		820	
	みかん			みかん					



日 曜	* こんだて *	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
		* 昔の給食 *		* 昔の給食 *		* 昔の給食 *		
23 火	コッペパン 牛乳 ジャム	牛乳				コッペパン いちごジャム		585 655 796
	くじらのメンチカツ	くじら 豆腐 卵		玉ねぎ				
	フレンチサラダ			キャベツ きゅうり みかん りんご レーズン		オリーブ油 さとう		
	ミネストローネ	ひよこ豆 ベーコン チーズ		玉ねぎ にんじん キャベツ トマト缶 パセリ		じゃがいも オリーブ油 さとう		
24 水	★昔の給食★							
	セルフおにぎり 牛乳	のり 牛乳		うめ干し		米 麦		535 610 743
	さけの塩焼き	さけ						
	たくあんあえ	塩昆布 かつお節		たくあん きゅうり キャベツ		ごま		
さつま汁	豆腐 天ぷら みそ だし (いりこ・あご)		にんじん だいこん ごぼう こんにゃく ねぎ		さつまいも			
25 木	★献立コンクール入賞作品 (かぼちゃとじゃがいものニョッキパスト) ★							
	ミルクパン 牛乳	牛乳				ミルクパン		592 687 851
	ほうれん草のオムレツ	卵		ほうれん草				
	アーモンドのサラダ	かいそう 寒天		きゅうり にんじん		アーモンド ごま油 青じそドレッシング		
かぼちゃとじゃがいもの ニョッキパスト	とり肉 ベーコン いんげん豆 牛乳		玉ねぎ かぼちゃ にんじん ごぼう パセリ		米粉 オリーブ油 生クリーム バター じゃがいものニョッキ			
26 金	★献立コンクール入賞作品 (ヤーコンチャーハン) ★							
	ヤーコンチャーハン 牛乳	ベーコン 牛乳 卵		ヤーコン 玉ねぎ にんじん ピーマン にんにく		米		521 577 748
	豆腐シューマイ	豆腐 ひじき すり身 豆乳		玉ねぎ にんじん 枝豆 コーン				
	春雨の中華サラダ	くきわかめ ちりめん		ブロッコリー きゅうり		春雨 ごま ごま油 さとう		
ワンタンスープ	ぶた肉		玉ねぎ にんじん もやし たけのこ ねぎ きくらげ		ごま油 ワンタン			
29 月	セルフ南関揚げ丼	南関揚げ とり肉 卵 一食さざみのり		玉ねぎ ねぎ		米 麦 さとう		630 710 867
	牛乳	牛乳						
	みそけんちん汁	豆腐 みそ だし (昆布・かつお節)		にんじん しいたけ ごぼう こんにゃく だいこん ねぎ たけのこ		ごま油		
	黒糖ビーンズ	大豆						
30 火	米粉入りかぼちゃパン 牛乳	牛乳				米粉入りかぼちゃパン		567 664 864
	ちゃんぽん	ぶた肉 いか かまぼこ		にんじん 玉ねぎ キャベツ もやし ねぎ きくらげ しょうが にんにく		ちゃんぽんめん		
	いりことナッツのあめに	いりこ				ごま カシューナッツ アーモンド さとう		
	スイーツスプリング			スイーツスプリング				
31 水	ざっこくごはん 牛乳	牛乳				十五穀米 米		559 631 784
	とり肉のごま酢かけ	とり肉				さとう ごま		
	ほうれん草のおひたし	ちりめん かつお節		ほうれん草 キャベツ もやし		さとう		
	お野菜つみれ汁	わかめ たら 卵 だし (いりこ・あご)		たけのこ 玉ねぎ にんじん ねぎ かぼちゃ ほうれん草		春雨		

1月24日から30日までの1週間は

「全国学校給食週間」です。



学校給食は明治時代、山形県鶴岡市で昼食を持参できない子どもたちのために、おにぎりと魚、漬物を用意したのが始まりです。その後、全国に広まりましたが、第二次世界大戦で中断されました。戦後、海外からの救援物資で再開された学校給食は、栄養が不足しがちだった多くの子どもたちを救いました。当時の気持ちを忘れず、学校給食の大切さをあらためて考えてみるために設けられたのが「全国学校給食週間」です。

菊池市学校給食献立コンクール入賞作品

【最優秀賞】

菊池南中 1-1 重森 春那さん「カボチャとジャガイモのニョッキパスト」

【優秀賞】

隈府小 6-2 田中 希子さん「ヤーコンチャーハン」

【優良賞】

- 花房小 6-1 加茂野 竜之介さん「ごぼうとえこめ牛のシシリアンライス」
- 泗水小 5-2 實取 凜さん「きくちの野菜たっぷり米粉シチュー」
- 隈府小 6-5 林 幸叶さん「根菜のスタミナ丼」
- 隈府小 6-2 松原 永吉さん「水田ごぼうとえこめ牛の肉ごぼう」
- 泗水東小 6-1 福屋 舞さん「あつあげどん」
- 隈府小 6-1 梅田 怜明さん「菊池の栄養満点ドライカレー」
- 泗水中 2-4 右田 彩さん「夏野菜と鶏の南蛮づけ」
- 隈府小 6-2 百崎 蒼生さん「梨とキュウリのサラダ」

◎「全国学校給食週間」にちなんで、泗水給食センターでも1月22日(月)～26日(金)の5日間に、昔の給食や献立コンクール入賞作品を取り入れた特別献立を実施します。お楽しみに♪

*都合により献立や食材は変更することがあります。ご了承ください。