



こんだてよていひょう



菊池市泗水学校給食センター

日	曜	主食	牛乳	おかず	ざいりょう			エネルギー
					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	
9	月	麦ごはん		ちくわの二色あげ こまつなのあえもの すまし汁	牛乳 ちくわ 青のり ツナ かまぼこ わかめ だし(昆布・かつお節)	米 麦 小麦粉 でん粉 油 さとう	こまつな きゅうり にんじん キャベツ コーン レモン しいたけ えのきたけ ねぎ	幼:中止 小:中止 中:736
10	火	アーモンドトースト		春キャベツのミルクスープ アスパラサラダ	牛乳 ベーコン 白いんげん豆 豆乳 ハム	食パン マーガリン さとう アーモンド オリーブ油 米粉 生クリーム	にんにく キャベツ しめじ にんじん きゅうり アスパラガス コーン	幼:中止 小:中止 中:709
11	水	麦ごはん		チキンカレー アーモンドサラダ	牛乳 チーズ とり肉 かいそう かんてん	米 麦 油 じゃがいも アーモンド ごま油 青じそドレッシング	にんにく しょうが たまねぎ にんじん きゅうり グリーンピース	幼:中止 中:670 小:829
12	木	ミルクパン		スパゲッティーナポリタン キャベツの春サラダ	牛乳 ベーコン チーズ 卵	ミルクパン スパゲッティ オリーブ油 バター さとう	にんにく たまねぎ しめじ ピーマン パプリカ にんじん ブロッコリー きゅうり キャベツ	523 618 750
13	金	麦ごはん		厚あげと野菜の中華いため わかめのみそ汁	牛乳 ぶた肉 厚あげ わかめ 油あげ みそ だし(いりこ・あご)	米 麦 ごま油 テンメンジャン 黒糖 じゃがいも	にんにく しょうが キャベツ にんじん たまねぎ パプリカ ピーマン えのきたけ こまつな ねぎ	553 624 763
16	月	ゆかりごはん		千草やき 切り干し大根のもの キャベツのみそ汁	牛乳 卵 とり肉 チーズ 油あげ 豆腐 ちりめん わかめ みそ だし(昆布・かつお節)	米 麦 油 さとう	ゆかりにんじん たまねぎ ほうれん草 しいたけ 切り干し大根 糸こんにゃく キャベツ ねぎ	562 623 787
★味めぐり(長崎県)★								
17	火	黒糖パン		皿うどん フルーツ杏仁豆腐	牛乳 ぶた肉 いか うすら卵	黒糖パン 焼炒麺 ごま油 さとう 杏仁豆腐	しょうが にんにく キャベツ たまねぎ にんじん ねぎ きくらげ みかん パイン もも	599 700 859
★ふるさとくまさんデー(山鹿・鹿本の味)★								
18	水	赤米入り たけのご飯		さけのしおやき 菜果なます すいとん汁	油あげ とり肉 牛乳 さけ みそ だし(いりこ・あご)	米 赤米 油 さとう すいとん	たけのこ しいたけ きゅうり 大根 もも りんご みかん ねぎ にんじん ごぼう しめじ こまつな	552 613 752
セルフバーガー(パンにチキンパティとごぼうサラダをはさんで食べましょう!)								
19	木	丸パン		チキンパティ ごぼうサラダ 新じゃがのスープ	牛乳 チキンパティ ハム とり肉 大豆	丸パン ごまねりごま さとう オリーブ油 じゃがいも	ごぼう きゅうり にんじん にんにく たまねぎ ブロッコリー パセリ	498 565 724
20	金	麦ごはん		いわしの梅煮 キャベツと玉ねぎのソテー かきたま汁	牛乳 いわし 卵 豆腐 だし(昆布・かつお節)	米 麦 バター じゃがいも でん粉	梅 キャベツ たまねぎ にんじん アスパラガス しいたけ ねぎ	539 590 725
23	月	麦ごはん		さばのしょうが煮 れんこんのひじきあえ たけのこと玉ねぎのみそ汁	牛乳 さば ひじき 厚あげ みそ だし(いりこ・あご)	米 麦 ごま さとう ごま油	しょうが れんこん きゅうり 梅 たけのこ たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ	549 603 中:中止
24	火	食パン		親子うどん かみかみサラダ 黒豆きなこクリーム	牛乳 とり肉 卵 さきいか 大豆 だし(昆布・かつお節)	食パン うどん麺 でん粉 ごま マヨネーズ 黒豆きなこクリーム	たまねぎ にんじん しいたけ ねぎ きゅうり ごぼう コーン	533 610 766
★きくちさんデー(春キャベツ)★								
25	水	麦ごはん		マーボー豆腐 春キャベツのごまじゃこあえ	牛乳 豆腐 ぶた肉 牛肉 大豆 赤みそ くきわかめ ちりめん	米 麦 さとう でん粉 ごま油 テンメンジャン ごま	しょうが にんにく たまねぎ にんじん たけのこ しいたけ ねぎ きゅうり キャベツ	579 656 810
26	木	米粉入り人参パン		さけチーズフライ キャベツとりんごのサラダ 肉団子スープ	牛乳 さけ チーズ つくね	米粉入りにんじんパン 小麦粉 パン粉 油 さとう オリーブ油 春雨	キャベツ ブロッコリー りんご コーン たまねぎ にんじん ねぎ しょうが	545 618 763
27	金	6分つきごはん		じゃがいものそぼろ煮 大根のみそ汁 ふりかけ(かつお)	牛乳 ぶた肉 大豆 豆腐 油あげ みそ だし(いりこ・あご) ふりかけ	6分つき米 じゃがいも さとう	たまねぎ にんじん 糸こんにゃく えだ豆 しょうが 大根 ねぎ	幼:中止 中:644 小:806

※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。