



こんだてよていひょう



菊池市迎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 幼稚園 小学校 中学校
				赤(あか)	黄(き)	緑(みどり)	
				ちやくやくほねになる	ねつやちからになる	からだのちようしをととのえる	
2 月	麦ごはん		チキンチキンごぼう なめこ汁	牛乳 とり肉 豆腐 わかめ だし(いりこ・あご)みそ	米 麦 でん粉 こむぎこ 油 さとう	えだ豆 たまねぎ ごぼう ねぎ なめこ えのきたけ しょうが	631 718 891
3 火	食パン		パンネのトマトソース 豆腐シューマイ コンソメスープ	牛乳 ベーコン 豆腐 豆乳 魚すり身 ウインナー	食パン バター パンネ さとう オリーブ油	にんにく しょうが パプリカ スッキニ たまねぎ 大根 コーン キャベツ にんじん しめじパセリ	510 589 802
4 水	五色の混ぜごはん		千草焼き もやしのかつおあえ 呉汁	牛乳 卵 とり肉 チーズ かつお節 大豆 油あげ だし(いりこ・あご)みそ	米 麦 さとう じゃがいも	にんじん たまねぎ ほうれん草 しいたけ きゅうり もやし だいこん ねぎ こんにゃく	552 607 763
セルフフィッシュバーガー(白身魚フライとキャベツをはさんで食べましょう!)							
5 木	丸パン(カット)		白身魚フライ キャベツ 野菜とマカロニのスープ 一食タルタルソース	牛乳 ホキ ベーコン	丸パン マカロニ オリーブ油 タルタルソース	キャベツ たまねぎ にんじん パセリ アスパラガス しめじ	536 659 755
★セタメニュー(セレクトゼリー)★							
6 金	ちらし寿司		星型ハンバーグ カシューナッツあえ 魚そうめん汁 セレクトゼリー	牛乳 油あげ 卵 わかめ とり肉 ふた肉 魚そうめん だし(昆布・かつお節)	米 さとう カシューナッツ ゼリー	しいたけ れんこん にんじん たけのこ えだ豆 キャベツ こまつな たまねぎ しめじ ねぎ	528 576 712
9 月	チキンライス		キャベツのレモンサラダ ラビオリスープ	牛乳 とり肉 ちくわ ベーコン	米 バター 油 アーモンド さとう ラビオリ	たまねぎ にんじん ねぎ キャベツ ブロッコリー コーン しょうが にんにくしめじ もやし	502 571 705
★きくちさんデー(ゴーヤ)★							
10 火	食パン		れんこんのはさみあげ ゴーヤサラダ コーンポタージュスープ	牛乳 ふた肉 ツナ 豆乳	食パン ごま マヨネーズ バター 米粉 生クリーム	れんこん たまねぎ にんじん しょうが ゴーヤ きゅうり もやし コーン パセリ	516 599 799
11 水	麦ごはん		かぼちゃのそぼろ煮 ふた汁 ふりかけ	牛乳 とり肉 ふた肉 大豆 厚揚げ 豆腐 みそ だし(昆布・かつお節)	米 麦 さとう でん粉 油	かぼちゃ しょうが たまねぎ にんじん いんげん しいたけ 大根 ごぼうねぎ こんにゃく	575 647 796
12 木	ミルクパン		サラダスパゲッティー ひじきコロッケ	牛乳 ツナ ひじき 卵	ミルクパン スパゲッティー オリーブ油 じゃがいも	きゅうり アスパラガス キャベツ にんじん たまねぎ コーン えだ豆 しいたけ	543 697 870
13 金	ふたキムチ丼		わかめスープ 冷凍みかん	牛乳 豆腐 ふた肉 わかめ	米 麦 ごま ごま油 さとう	しょうが にんにく たまねぎ にんじん ねぎ 白菜キムチ にら みかん	541 609 738
セルフチリコンカンドッグ(チリコンカンとレタスをはさんで食べましょう!)							
17 火	コッペパン(カット)		チリコンカン レタス うすら卵のクリーム煮	牛乳 大豆 牛肉 ふた肉 うすら卵 白いんげん豆	コッペパン 米粉 オリーブ油 マカロニ バター 生クリーム	たまねぎにんじん ピーマン にんにく トマト缶 レタス コーン ブロッコリー	520 653 827
18 水	麦ごはん		いわしのしょうが煮 すみそあえ 冬瓜の卵スープ 納豆	牛乳 いわし わかめ みそ とり肉 卵 豆腐 だし(昆布・かつお節) 納豆	米 麦 さとう ごま でん粉 ごま油	きゅうり にんじん オクラ きくらげ 冬瓜 ねぎ しょうが	614 669 830
19 木	食パン (マーシャルピーンズ)		オムレツ アーモンドサラダ クイッティオのスープ	牛乳 オムレツ ちりめん かいそう 寒天 とり肉	食パン マーシャルピーンズ アーモンド ごま油 クイッティオ	きゅうり にんじん コーン しょうが にんにく きくらげ もやし ねぎ	481 585 718
★ふるさとくまさんデー(八代の味)★							
20 金	麦ごはん		ちくわのいそべあげ トマトと豆腐のしそひじきあえ じゃがいものみそ汁	牛乳 ちくわ 卵 寒天 あおさ 豆腐 ちりめん ひじき だし(いりこ・あご)みそ	米 麦 さとう 小麦粉 でん粉 油 ごま じゃがいも	きゅうり トマト コーン ブロッコリー たまねぎ にんじん ねぎ	578 656 809
★あじめぐり(沖縄県)★							
23 月	ゆかりごはん		ゴーヤチャンプルー もずくのみそ汁 一食パン	牛乳 豆腐 ふた肉 卵 かつお節 油あげ もずく だし(いりこ・あご)みそ	米 麦 さとう ごま油 じゃがいも	ゴーヤ にんにく しょうが もやし にんじん しめじ ねぎ パイン	589 660 807
24 火	麦ごはん		あじゴマフライ ほうれん草のおひたし すまし汁	牛乳 あじ かまぼこ ちりめん かつお節 わかめ だし(昆布・かつお節)	米 麦 ごま 油 さとう	ほうれん草 キャベツ もやし ねぎ しいたけ えのきたけ	534 586 705
25 水	夏野菜カレー		にんじんサラダ	牛乳 ふた肉 チーズ ツナ	米 麦 油 さとう	にんにく しょうが かぼちゃ にんじん たまねぎ なす オクラ えだ豆 きゅうり	585 661 816

※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。