



8、9月 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)	
					赤(あか) ちやにくやほねになる	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	幼稚園 小学校 中学校
27	月	ポークカレー	牛乳	切り干し大根のサラダ	牛乳 チーズ ぶた肉 かいそう	米 麦 油 ごま油 じゃがいも	にんにく しょうが コーン にんじん グリンピース 玉ねぎ きゅうり 大根	幼:中止 652 806
28	火	食パン (黒豆きなこク リーム)	牛乳	冷やし中華 かぼちゃコロッケ	牛乳 ハム 卵	食パン 中華めん さとう ごま油 クリーム じゃがいも	にんじん きゅうり キャベツ もやし レモン かぼちゃ	667 740 843
29	水	麦ごはん	牛乳	いわしのうめに じゃこと野菜のあえもの 豆腐のみそ汁	牛乳 いわし ちりめん 豆腐 わかめ みそ だし(昆布・かつお節)	米 麦 ごま さとう	キャベツ こまつな にんじん ねぎ えのきたけ	536 589 719
30	木	丸パン(カット)	牛乳	豆腐ハンバーグ コールスローサラダ じゃがいものスープ	牛乳 豆腐ハンバーグ とり肉 大豆	丸パン じゃがいも コールスロードレッシング オリーブ油 さとう	アスパラガス きゅうり キャベツ にんじん にんにく 玉ねぎ フロッコリー パセリ	464 570 712
31	金	麦ごはん	牛乳	とり肉のカシューナッツいため オクラのみそ汁	牛乳 とり肉 レバー 豆腐 油あげ わかめ だし(いりこ・あご) みそ	米 麦 ごま油 小麦粉 でん粉 さとう じゃがいも カシューナッツ	にんにく しょうが 枝豆 玉ねぎ ピーマン オクラ にんじん	655 743 924
3	月	そぼろ丼	牛乳	わかめのみそ汁	牛乳 とり肉 卵 豆腐 油あげ わかめ だし(いりこ・あご) みそ	米 麦 さとう	枝豆 玉ねぎ にんじん しいたけ えのきたけ ねぎ	542 611 753
4	火	丸パン(カット)	牛乳	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 にんにく 玉ねぎ にんじん パセリ しめじ	554 659 815
5	水	麦ごはん	牛乳	ししゃものかんろに キャベツのごまあえ とりごぼう汁	牛乳 ししゃも かつお節 とり肉 豆腐 だし(いりこ・あご) みそ	米 麦 ごま さとう 油	キャベツ こまつな にんじん ごぼう えのきたけ ねぎ	528 585 754
★きくちさんデー(ぶどう)★								
6	木	ミルクパン	牛乳	塩焼きそば 揚げぎょうざ ぶどう	牛乳 ぶた肉 いか ちくわ ぎょうざ	ミルクパン スパゲッティ ごま油	にんにく キャベツ にんじん 玉ねぎ もやし ねぎ ぶどう	583 672 795
7	金	麦ごはん	牛乳	高野豆腐のちくぜんに かきたま汁	牛乳 とり肉 がんもどき 豆腐 卵 だし(昆布・かつお節)	米 麦 里いも さとう 油	しいたけ にんじん ごぼう れんこん こんにゃく 枝豆 にんじん ねぎ	523 586 724
10	月	麦ごはん	牛乳	さんまのみぞれに フロッコリーのごまじゃこあえ かぼちゃのみそ汁	牛乳 さんま ちりめん 豆腐 油あげ わかめ だし(いりこ・あご) みそ	米 麦 ごま さとう ごま油	大根 フロッコリー キャベツ にんじん コーン かぼちゃ ねぎ	533 609 744
11	火	黒糖パン	牛乳	ちゃんぽん いりこのナッツがらめ	牛乳 ぶた肉 いか いりこ	黒糖パン さとう ごま ちゃんぽんめん 油 カシューナッツ アーモンド	にんじん キャベツ 玉ねぎ もやし ねぎ しょうが にんにく	534 625 765
★ふるさとくまさんデー(人吉の味)★								
12	水	くりごはん	牛乳	干草焼き もやしのかつおあえ つぼん汁	牛乳 卵 豆腐 かつお節 とり肉 だし(昆布・かつお節)	米 里いも くり ごま	もやし きゅうり にんじん 大根 こんにゃく ごぼう しいたけ ねぎ	538 597 751
13	木	食パン	牛乳	カレーミート レタス キャロットシチュー	牛乳 牛肉 チーズ とり肉	食パン 米粉 じゃがいも バター 油	玉ねぎ にんじん にんにく レタス しめじ フロッコリー ピーマン	522 657 832
14	金	麦ごはん	牛乳	いわしのかばやし ゆかりあえ じゃがいものみそ汁	牛乳 いわし 厚揚げ だし(いりこ・あご) みそ	米 麦 油 さとう じゃがいも	しょうが キャベツ こまつな にんじん ねぎ	531 654 766
18	火	食パン	牛乳	鮭フライ マカロニサラダ 肉団子スープ	牛乳 鮭 卵 豆腐 つくね	食パン マカロニ はるさめ マヨネーズ さとう	にんじん コーン フロッコリー 玉ねぎ ねぎ しょうが	543 765 870
19	水	麦ごはん	牛乳	鶏肉とがんものにも なすのみそ汁	牛乳 がんもどき とり肉 豆腐 だし(昆布・かつお節) みそ	米 麦 里いも 油 黒糖 さとう	こんにゃく にんじん 玉ねぎ なす ねぎ	551 626 771
20	木	ひのくにパン	牛乳	春巻き かいそうサラダ 卵スープ	牛乳 卵 春巻き かいそう ツナ	ひのくにパン はるさめ ごま油 さとう	にんじん きゅうり もやし 玉ねぎ チンゲンサイ	437 542 702
★お月見メニュー★								
21	金	麦ごはん	牛乳	根菜のハンバーグ 里いものサラダ すまし汁・お月見団子	牛乳 わかめ 根菜ハンバーグ だし(昆布・かつお節)	米 麦 里いも お月見団子	枝豆 コーン しいたけ ねぎ えのきたけ	587 635 735
25	火	食パン	牛乳	キャベツのメンチカツ パンプキンサラダ ポトフ	牛乳 メンチカツ 豆腐 ウィナー みそ	食パン じゃがいも マカロニ さとう アーモンド マヨネーズ	かぼちゃ コーン きゅうり にんじん キャベツ 玉ねぎ パセリ	540 665 799
★あじめぐり(京都府)★								
26	水	衣笠丼	牛乳	湯葉のお吸い物 黒糖ビーンズ	牛乳 油あげ とり肉 卵 かまぼこ 湯葉 豆腐 わかめ だし(昆布・かつお節) 大豆	米 麦 さとう 黒糖	玉ねぎ ねぎ にんじん しめじ	603 678 832
27	木	食パン	牛乳	ポークシチュー イタリアンサラダ	牛乳 ぶた肉 ハム チーズ	食パン じゃがいも バター オリーブ油 さとう	にんにく しょうが しめじ にんじん 玉ねぎ きゅうり フロッコリー キャベツ	547 685 826
28	金	麦ごはん	牛乳	さんまの竜田あげ ならあえ 飛鳥汁	牛乳 さんま 油あげ とり肉 だし(昆布・かつお節) みそ	米 麦 さとう 油 じゃがいも	こんにゃく ぜんまい しいたけ にんじん 奈良漬 大根 玉ねぎ ねぎ	603 661 784

※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。