



# 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 幼稚園 小学校 中学校
					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) からだのちようしをととのえる	
<b>★中3リクエストメニュー★ カツカレー・かいそうサラダ</b>								
1	金	カツカレー		かいそうサラダ ひなあられ	牛乳 ぶた肉 チーズ かいそう ツナ	米 麦 さとう 油 じゃがいも ごま油 ひなあられ	にんにく しょうが 玉ねぎ にんじん きゅうり もやし	幼:中止 710 875
<b>★中3リクエストメニュー★ キムタクごはん</b>								
4	月	キムタクごはん		ぎょうざ もやしのあえもの 春雨スープ	牛乳 ぶた肉 とり肉 ぎょうざ	米 さとう ごま油 春雨	つぼ漬け 白菜キムチ 玉ねぎ ねぎ もやし しょうが きゅうり にんじん きくらげ	475 520 687
<b>★中3リクエストメニュー★ 親子うどん</b>								
5	火	食パン (マーシャルピーンズ)		親子うどん ひじきサラダ	牛乳 ひじき とり肉 卵 ツナ だし(昆布・かつお節)	食パン うどんめん マーシャルピーンズ 青じそドレッシング	玉ねぎ にんじん しいたけ ねぎ キャベツ コーン	475 540 632
6	水	麦ごはん		いわしのしょうがに キャベツのかつおあえ ぶた汁	牛乳 いわし かつお節 ぶた肉 だし(いりこ)みそ	米 麦 さとう じゃがいも 油	しょうが にんじん ねぎ キャベツ きゅうり しょうが 大根 ごぼう こんにゃく	561 619 784
7	木	食パン		ボークシチュー キャベツのレモンサラダ	牛乳 ぶた肉	食パン オリーブ油 じゃがいも 油 バター さとう	にんにく しょうが コーン にんじん 玉ねぎ しめじ 枝豆 キャベツ フロッコリー	459 533 688
<b>◎中学校：卒業お祝いデザート</b>								
8	金	麦ごはん		とりのからあげ カシューナッツあえ もすくのみそ汁	牛乳 とり肉 油あげ もすく だし(いりこ)みそ	米 麦 さとう カシューナッツ じゃがいも デザート(中)	にんにく しょうが キャベツ にんじん こまつな しめじ ねぎ	580 655 939
11	月	麦ごはん		魚のマヨネーズやき キムチあえ あつあげのみそ汁	牛乳 ホキ あつあげ スキムミルク わかめ だし(いりこ)みそ	米 麦 マヨネーズ	玉ねぎ しめじ ねぎ えのきたけ キャベツ パセリ きゅうり にんじん 大根	572 644 中:中止
12	火	黒糖パン		はるまき コーンサラダ クイッティオスープ	牛乳 はるまき とり肉	黒糖パン オリーブ油 ごま油 さとう クイッティオ	キャベツ きゅうり ねぎ にんじん コーン しょうが にんにく きくらげ もやし	444 506 705
<b>★ふるさとくまさんデー(荒尾・玉名の味)★</b>								
13	水	南関あげ丼		節そうめん汁	牛乳 南関あげ わかめ とり肉 大豆 卵 だし(昆布・かつお節)	米 麦 さとう 節そうめん	玉ねぎ ねぎ にんじん しめじ	562 637 784
14	木	食パン		きびなごフライ れんこんサラダ オニオンスープ	牛乳 きびなご ハム ベーコン	食パン さとう じゃがいも バター マヨネーズ	しょうが れんこん にんじん きゅうり コーン 玉ねぎ パセリ	493 564 732
<b>★きくちさんデー(水田ごぼう)★</b>								
15	金	ゆかりごはん		ちくさやき 水田ごぼうのきんぴら 呉汁	牛乳 卵 チーズ 大豆 とり肉 わかめ 天ぷら だし(いりこ)みそ 油あげ	米 麦 ごま油 さとう ごま じゃがいも	玉ねぎ にんじん 大根 ほうれん草 しいたけ ごぼう こんにゃく ねぎ	590 653 826
<b>◎幼稚園：卒園お祝いデザート</b>								
18	月	麦ごはん		ぶた肉のチャプチェ風 わかめスープ	牛乳 ぶた肉 わかめ とうふ	米 麦 春雨 ごま さとう デザート(幼)	にんにく しょうが 玉ねぎ たけのこ にんじん ピーマン キャベツ ねぎ	490 552 677
<b>◎小学校：卒業お祝いデザート</b>								
19	火	丸パン(カット)		ハンバーグ ポイルキャベツ コンソメスープ	牛乳 ハンバーグ ウインナー	丸パン バター じゃがいも デザート(小)	玉ねぎ しめじ キャベツ にんじん パセリ	幼:中止 617 666
20	水	麦ごはん		さけのちゃんちゃんやき こんぶのつくだに すまし汁	牛乳 さけ わかめ 米みそ だし(昆布・かつお節)	米 麦 バター さとう ごま	キャベツ 玉ねぎ にんじん ねぎ しょうが しいたけ	487 3小:中止 672
22	金	わかめごはん		ちくわの二色あげ ゆかりあえ とうふのみそ汁	牛乳 わかめ 卵 あおさ とうふ ちくわ だし(いりこ)みそ 油あげ	米 麦 油 小麦粉 でん粉	キャベツ こまつな もやし にんじん 玉ねぎ ねぎ	幼:中止 3小:中止 781

※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。