



8、9月 こんだてよていひょう (前半)



菊池市泗水学校給食センター 0968 (38) 3222

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		
★セルフバーガー★ パンに豆腐ハンバーグをはさんで食べよう!								
29 火	丸パン (カット) 牛乳	牛乳				丸パン		520 610 821
	豆腐ハンバーグ	豆腐ハンバーグ						
	コールスローサラダ			アスパラ きゅうり キャベツ にんじん		コールスロードレッシング さとう		
	かぼちゃのポターージュ	牛乳 豆乳		玉ねぎ コーン かぼちゃ パセリ		バター 米粉 生クリーム		
♪菊池市学校給食献立コンクール2016入賞作品 (夏野菜のドライカレー) ♪								
30 水	夏野菜のドライカレー	牛肉 ぶた肉 大豆		玉ねぎ にんじん なす ピーマン コーン にんにく しょうが		米 麦 カレールー 油		559 666 825
	牛乳	牛乳						
	コンソメスープ	とり肉 大豆		にんにく 玉ねぎ ブロッコリー パセリ		オリーブ油 ジャガイモ		
	ぶどう			ぶどう				
31 木	食パン (いちごジャム)					食パン いちごジャム		466 587 735
	牛乳	牛乳						
	タイピーエン	ぶた肉 いか うずらの卵		キャベツ にんじん ねぎ たけのこ きくらげ にんにく しょうが		春雨		
	じゃがいものサラダ	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		
1 金	麦ごはん 牛乳	牛乳				米 麦		540 594 724
	いわしの梅煮	いわしの梅煮						
	じゃこと野菜のあえもの	ちりめん		キャベツ こまつな にんじん		ごま		
	豆腐のみそ汁	豆腐 わかめ みそ 昆布 かつお節		もやし ねぎ				
4 月	麦ごはん					米 麦		610 693 866
	牛乳	牛乳						
	とり肉と夏野菜のナッツいため	とり肉 レバー		にんにく しょうが えだ豆 玉ねぎ ピーマン パプリカ		小麦粉 でん粉 ジャガイモ 油 カシューナッツ さとう ごま油		
	オクラのみそ汁	豆腐 油あげ わかめ みそ いらこ あご		オクラ にんじん				
5 火	黒糖パン 牛乳	牛乳				黒糖パン		558 637 844
	冷やしちゅうか	ハム 卵		にんじん きゅうり キャベツ もやし		ちゅうかめん さとう ごま油		
	にんじんシューマイ	にんじんシューマイ						
	一食アーモンド					アーモンド		
6 水	麦ごはん 牛乳	牛乳				米 麦		457 548 728
	ししゃものかんろ煮	ししゃものかんろ煮						
	もやしのかつおあえ	かつお節		もやし きゅうり にんじん		さとう		
	のっぺい汁	とり肉 ちくわ 豆腐 昆布 かつお節		大根 にんじん ごぼう しいたけ こんにゃく		さといも ごま油		
7 木	玄米パン 牛乳	牛乳				玄米パン		561 650 779
	ビーフシチュー	牛肉		にんにく しょうが にんじん 玉ねぎ しめじ ブロッコリー		バター ジャガイモ 油		
	イタリアンサラダ	ハム チーズ		キャベツ きゅうり にんじん 玉ねぎ パプリカ		オリーブ油 さとう		
～味めぐり (奈良県の味)～								
8 金	麦ごはん 牛乳	牛乳				米 麦		501 614 826
	さばの竜田揚げ	さばの竜田揚げ				油		
	奈良あえ	油あげ		こんにゃく ぜんまい しいたけ にんじん 奈良漬		さとう 油		
	飛鳥汁	とり肉 みそ 牛乳 昆布 かつお節		にんじん 大根 玉ねぎ ほうれん草		油 ジャガイモ		
11 月	麦ごはん 牛乳	牛乳				米 麦		542 596 808
	さんまのみぞれ煮	さんまのみぞれ煮						
	ブロッコリーのごまじゃこあえ	ちりめん		ブロッコリー キャベツ にんじん コーン		ごま さとう ごま油		
	呉汁	大豆 油あげ みそ いらこ あご		にんじん 大根 こんにゃく ねぎ		さといも		
12 火	ミルクパン 牛乳	牛乳				ミルクパン		448 601 770
	きびなごのカレーフライ	きびなごのカレーフライ				油		
	海藻サラダ	海藻 ツナ		きゅうり にんじん もやし		ごま油 さとう		
	冬瓜の卵スープ	とり肉 卵 豆腐 昆布 かつお節		冬瓜 オクラ きくらげ ねぎ しょうが		ごま油 でん粉		
13 水	麦ごはん					米 麦		522 589 768
	牛乳	牛乳						
	チンジャオロースー	牛肉		たけのこ 玉ねぎ ピーマン パプリカ にんにく		さとう でん粉 油		
	野菜団子スープ	野菜団子		玉ねぎ にんじん ねぎ しょうが		春雨		



9月 こんだてよていひょう (後半)



菊池市泗水学校給食センター 0968 (38) 3222

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				
♪ 菊池市学校給食献立コンクール2016入賞作品 (塩焼きそば) ♪								
14 木	米粉パン 牛乳	牛乳				米粉パン		594 650 850
	塩焼きそば	ぶた肉 いか ちくわ	キャベツ にんじん 玉ねぎ もやし ねぎ レモン			スパゲッティ ごま油		
	揚げぎょうざ	ぎょうざ				油		
	ぶどうゼリー					ぶどうゼリー		
ふるさとくまさんデー (なし)								
15 金	そばろ丼 牛乳	牛乳 とり肉 卵	えだ豆 玉ねぎ にんじん しいたけ	米 麦 さとう 油				550 628 822
	かぼちゃのみそ汁	豆腐 油あげ わかめ みそ いりこ あご	かぼちゃ ねぎ					
	なし		なし					
19 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		477 596 756
	あじゴマフライ	あじゴマフライ				油		
	かぼすの彩りサラダ	卵	キャベツ れんこん ほうれん草 にんじん かぼす	さとう				
	野菜スープ	とり肉	玉ねぎ にんじん アスパラ パセリ バジル	オリーブ油 じゃがいも				
20 水	くりごはん			米 くり				516 581 749
	牛乳	牛乳						
	とり肉とがんもの煮もの	とり肉 がんも	こんにゃく にんじん	さといも 油 さとう 黒糖				
	大根のみそ汁	油あげ みそ 昆布 かつお節	大根 こまつな にんじん えのきたけ ねぎ					
21 木	食パン 黒豆きなこクリーム 牛乳	牛乳				食パン 黒豆きなこクリーム		484 596 733
	トマトオムレツ	トマトオムレツ						
	アーモンドサラダ		キャベツ きゅうり パプリカ	アーモンド さとう				
	きのこのミルクスープ	ベーコン 大豆 牛乳 豆乳	にんにく 玉ねぎ にんじん ブロッコリー しめじ パセリ	米粉 生クリーム				
22 金	麦ごはん 牛乳	牛乳		米 麦				501 620 761
	いわしのかば焼き	いわし	しょうが	油 さとう				
	ゆかりあえ		キャベツ こまつな しそ					
	じゃがいものみそ汁	厚あげ みそ いりこ あご	にんじん ねぎ	じゃがいも				
お彼岸メニュー								
25 月	麦ごはん 牛乳	牛乳		米 麦				545 600 755
	ちくぜんに	とり肉 厚あげ	しいたけ にんじん ごぼう れんこん こんにゃく えだ豆	さといも ごま油 さとう				
	すまし汁	わかめ 昆布 かつお節	えのきたけ ねぎ	生ひ				
	プチおはぎ			プチおはぎ				
26 火	米粉入りにんじんパン			米粉入りにんじんパン				幼: 中止 580 781
	牛乳	牛乳						
	野菜かき揚げうどん	かまぼこ 油あげ 昆布 かつお節	野菜のかき揚げ 玉ねぎ にんじん こまつな しめじ ねぎ	油 うどんめん				
	きゅうりのごまじゃこあえ	ちりめん わかめ	きゅうり にんじん コーン	ごま さとう ごま油				
27 水	親子丼	とり肉 卵 ちくわ	にんじん 玉ねぎ たけのこ ねぎ	米 麦 さとう でん粉				594 610 769
	牛乳	牛乳						
	みそけんちん汁	豆腐 油あげ みそ 昆布 かつお節	大根 ごぼう にんじん しいたけ ねぎ	ごま油				
	黒糖ビーンズ	黒糖ビーンズ (大豆)						
28 木	食パン			食パン				558 628 815
	牛乳	牛乳						
	さけチーズフライ	さけチーズフライ		油				
	ひじきサラダ	ひじき ツナ	コーン キャベツ	マヨネーズ さとう				
	ポトフ	ウインナー	にんじん キャベツ 玉ねぎ パセリ	じゃがいも				
29 金	麦ごはん			米 麦				584 656 811
	牛乳	牛乳						
	なす入りマーボー豆腐	豆腐 ぶた肉 牛乳 大豆 みそ テンメンジャン	しょうが にんにく なす 玉ねぎ にんじん しいたけ ねぎ	ごま油 でん粉 さとう				
	春雨のちゅうかサラダ	卵 くきわかめ ちりめん	ブロッコリー にんじん きゅうり	春雨 ごま油 さとう				

* 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。