



1月こんだてよていひょう

令和元年度

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)	黄(き)	緑(みどり)		
					ちやくよほねになる	ねつちからになる	からだのちょうしをととのえる		
7	火	ミルクパン		七草うどん れんこんとツナのサラダ	牛乳 とり肉 油揚げ ツナ かいそう	ミルクパン さとう うどん ごま油 ごま アーモンド	だいこん にんじん しいたけ 七草 ブロッコリー れんこん きゅうり	中止 598 771	
8	水	ごしきの混ぜごはん		白玉そうじ ぶりのてりやき 紅白なます	牛乳 ぶり	米 麦 もち さといも ごま さとう	ゆかり だいこん にんじん しいたけ こまつな	520 613 746	
9	木	食パン		冬野菜のポトフ ししゃもフリッター キャベツのチーズサラダ	牛乳 ししゃも とり肉 チーズ	食パン さとう 油 じゃがいも オリーブ油	にんじん だいこん パセリ 白菜 ブロッコリー たまねぎ コーン キャベツ	457 522 755	
10	金	麦ごはん		ビーフカレー 人参サラダ	牛乳 牛肉 チーズ ツナ	米 麦 じゃがいも 油 さとう オリーブ油	にんにく しょうが たまねぎ グリンピース にんじん きゅうり	554 637 775	
14	火	丸パン(カット)		豆腐ハンバーグ カリフラワーのカレー-サラダ 野菜スープ	牛乳 豆腐ハンバーグ とり肉 ロースハム	丸パン さとう オリーブ油 じゃがいも	カリフラワー ほうれん草 コーン たまねぎ にんじん にんにく キャベツ パセリ	483 603 734	
★ ふるさとくまさんデー(菊池の味)・菊池産デー(ヤーコン)★									
15	水	十五穀ごはん		武光公鍋 (たけみつこうなべ) ヤーコンのきんぴら	牛乳 ぶた肉 がんととき 天ぷら くきわかめ	米 15穀米 めん ごま油 ヤーコン ごま さとう こんにゃく	だいこん にんじん ごぼう ねぎ しいたけ こまつな しょうが	528 598 734	
16	木	米粉パン		冬野菜のクリーム煮 ほうれん草オムレツ 海そうサラダ	牛乳 とり肉 卵 白いんげん 豆乳 大豆 かいそう	米粉パン さとう さといも 米粉 ごま 油	たまねぎ にんじん 白菜 しめじ かぶ ブロッコリー きゅうり	531 610 747	
☆ 救給(きゅうきゅう)カレー・救給根菜汁(きゅうきゅうこんさいじる)とは、緊急時に、そのままおいしく食べられる食品のことで、アレルギー特定原材料等28品目不使用の学校給食用非常食です。災害時に食べられるように開発されたものです。 ☆									
17	金	救給カレー		救給根菜汁 魚のマヨネーズ焼き キャベツと ブロッコリーのサラダ	牛乳 ホキ	救給カレー こんにゃく さつまいも さとう 油	ごぼう たまねぎ にんじん 切干大根 しいたけ しめじ えのきたけ キャベツ ブロッコリー コーン	600 625 857	
20	月	わかめごはん		豚汁 ひじきと切り干し大根のサラダ 卵焼き	牛乳 わかめ ぶた肉 豆腐 とりささ身 ひじき 卵	米 麦 ごま油 こんにゃく ごま さといも さとう	しょうが ごぼう 白菜 だいこん にんじん しいたけ ねぎ ブロッコリー 千切大根	534 634 754	
21	火	パイパン		ミートボールのシチュー キャベツのじゃこナッツサラダ	牛乳 ミートボール ちりめん	パイパン さとう オリーブ油 じゃがいも バター アーモンド	にんにく しめじ たまねぎ にんじん ブロッコリー キャベツ コーン 寒天	492 623 788	
22	水	麦ごはん		水炊き 魚のゆずみそ煮 ほうれん草のごま和え	牛乳 鶏肉 焼き豆腐 つくね さんま	米 麦 しらたき ごま さとう ねりごま	白菜 にんじん ねぎ しめじ ほうれん草 キャベツ もやし	575 685 806	
23	木	かぼちゃパン		八宝菜 蒸しぎょうざ	牛乳 ぶた肉 いか かまぼこ ぎょうざ	かぼちゃパン さとう でんぷん 油	にんじん たまねぎ 白菜 もやし たけのこ ねぎ きくらげ しょうが	451 516 727	
★ 学校給食週間メニュー 1月24日(金)~1月30日(木)★									
24	金	給食記念日 献立コンクール入賞作品			白菜の味噌汁 豆腐のあんかけ (とうふ・野菜あん) かなぎの佃煮	牛乳 油揚げ わかめ 卵 豆腐 かなぎつくだに	米 麦 油 ヤーコン でんぷん	白菜 にんじん しいたけ えのきたけ	533 591 733
		麦ごはん							
27	月	献立コンクール入賞作品			卵スープ しいちゃんの畑でとれた野菜と 牛肉のオイスターソース炒め	牛乳 卵 えごめ牛	米 麦 でんぷん 油 さとう	たまねぎ コーン ほうれん草 しめじ なす にんじん トマト ピーマン しょうが	548 627 756
		麦ごはん							
28	火	地産地消の献立			ミネストローネ うまかコロッケ キャベツのレモンサラダ	牛乳 ベーコン 馬肉	コッペパン さとう オリーブ油 油	だいこん にんじん たまねぎ れんこん パセリ にんにく キャベツ ブロッコリー コーン レモン	467 599 718
		コッペパン いちごジャム							
29	水	むかしの給食(給食が始まった頃の給食)			さつま汁 さけのしおやき たくあん和え	牛乳 のり 厚揚げ 天ぷら サケ こんぶ かつおぶし	米 麦 さつま芋 こんにゃく ごま	梅干 にんじん ごぼう だいこん ねぎ たくあん はくさい きゅうり	536 597 715
		セルフおにぎり (のり) (うめぼし)							
30	木	献立コンクール入賞作品			わかめスープ グリーンサラダ レモンでさっぱりから揚げ	牛乳 わかめ 豆腐 鶏肉	ココアパン さとう ごま油 カシューナッツ オリーブ油 でんぷん 油	たまねぎ ねぎ キャベツ きゅうり しょうが レモン	548 641 767
		ココアパン							
31	金	献立コンクール入賞作品			親子煮 ほうれん草のおひたし 納豆	牛乳 鶏肉 卵 凍り豆腐 ちりめん 納豆	米 麦 じゃがいも さとう	にんじん たまねぎ しいたけ ねぎ ほうれん草 キャベツ もやし	566 640 773
		麦ごはん							

※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。

☆ 献立コンクールの入賞作品を紹介します ☆			
最優秀賞	「しいちゃんの畑でとれた野菜と牛肉のオイスターソース炒め」	旭志小学校	6-2 大賀 千混さん
優秀賞	「豆腐のあんかけ」	菊池池小学校	保護者 中田 真衣さん
優良賞	「レモンでさっぱりから揚げ」	菊池南中学校	2-2 宇野木 亜優さん
	「野菜たっぷり肉だんご」	菊池北小学校	6-1 田中 瑞音さん
	「季節の野菜ちぎりあげ」	菊池北小学校	保護者 後藤 真知子さん
	「ごぼうをまぶしたかぼちゃハンバーグ」	花房小学校	5-1 八並 優月さん
	「とりごぼう揚げ」	旭志小学校	6-1 米田 花楓さん
	「梨のヨーグルトムース」	菊池北中学校	1-2 山口 波音さん
	「(パリッ ビューン) オクラとカボチャのあげやき」	菊池北中学校	2-1 橋高 愛香里さん
	「キャベツメンチカツ」	泗水中学校	1-3 橋本 拓空さん

24日~30日は「全国学校給食週間」です。
給食はいつからはじまったの？
学校給食は、明治22年、山形県鶴岡市の私立忠愛小学校で、はじまりました。この時の献立は、おにぎり、塩づけ、つけものだったといわれています。

