



# 2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)	
					ちやにくやほねになる	ねつやちからになる	からだのちょうしをととのえる	
3	月	麦ごはん		厚揚げの牛そぼろ煮 春雨とブロッコリーのサラダ	牛乳 牛肉 大豆 厚揚げ こんぶ	米 麦 しらたき さとう ごま油 はるさめ ごま	しょうが ごぼう にんじん しいたけ たまねぎ グリンピース コーン キャベツ ブロッコリー	570 644 794
4	火	ミルクパン		肉うどん じゃこと野菜の和え物 節分豆	牛乳 牛肉 ちりめん 大豆	ミルクパン さとう 油 うどん ごま	ごぼう たまねぎ しょうが 白菜 にんじん しめじ ねぎ キャベツ こまつな	532 622 799
5	水	麦ごはん		おでん タコのすみそあえ しそふりかけ	牛乳 とり肉 厚揚げ うずらたまご こんぶ ちくわ たこ わかめ	米 麦 さといも こんにゃく さとう ごま	にんじん だいこん きゅうり	570 647 792
6	木	丸パン(カット)		鮭チーズフライ グリーンサラダ ラビオリとお豆のスープ 一食タルタルソース	牛乳 鮭のチーズフライ ひよこまめ	丸パン さとう 油 カシューナッツ オリーブ油 ラビオリ じゃがいも	キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん ブロッコリー パセリ	541 657 808
7	金	てまきずし (のり)		かにかまサラダ たまごやき つみれ汁	牛乳 のり かまぼこ 卵 つみれ わかめ	米 さとう はるさめ	にんじん 干切大根 コーン きゅうり たけのこ しいたけ こまつな	504 563 727
10	月	ひじきごはん		かきたま汁 いわしのカリカリフライ 三色なます	牛乳 ひじき 油揚げ 大豆 卵 豆腐 いわし	米 しらたき ごま油 さとう 油 ごま でんぷん	えだまめ にんじん 寒天 ねぎ ほうれん草 だいこん みずな	452 556 740
12	水	麦ごはん		のっぺい汁 さんまのみぞれに もやしのしそ昆布和え 焼きプリンタルト	牛乳 とり肉 豆腐 ちくわ さんま こんぶ	米 麦 さといも こんにゃく ごま油	だいこん にんじん ごぼう ねぎ しいたけ もやし こまつな	661 716 840
13	木	人参パン		スパゲティナポリタン 白菜とりんごのサラダ	牛乳 豚肉 チーズ	にんじんパン さとう スパゲティ バター アーモンド オリーブ油	にんじん にんにく たまねぎ しめじピーマン 白菜 パプリカ りんご ブロッコリー コーン	512 652 760
14	金	麦ごはん		えこめ牛のすき焼き風煮 ごまじゃこあえ	牛乳 牛肉 やきどうふ ちりめん くきわかめ	米 麦 しらたき さとう 油 ごま ごま油	しょうが 白菜 にんじん ねぎ たまねぎ しめじ もやし コーン	559 630 774
★ ふるさとくまさんデー (阿蘇の味) ★								
17	月	高菜ごはん		みそ団子汁 千草焼き ゆかりあえ	牛乳 ちりめん とり肉 卵	米 ごま ごま油 だんごめん 油 さといも	たかな漬 ごぼう だいこん ねぎ にんじん しいたけ キャベツ こまつな	485 534 720
18	火	かぼちゃパン		八宝菜 はるまき 果物(デコボン)	牛乳 ぶた肉 いか かまぼこ はるまき	かぼちゃパン さとう でんぷん 油	たまねぎ にんじん 白菜 もやし たけのこ きくらげ ねぎ しょうが デコボン	487 623 806
19	水	麦ごはん		ビーフカレー キャベツとブロッコリーのサラダ	牛乳 牛肉 チーズ	米 麦 じゃがいも 油 さとう	にんにく しょうが たまねぎ にんじん グリンピース キャベツ ブロッコリー コーン	557 636 776
20	木	ひのくにパン		白菜のクリーム煮 大根と海そうのサラダ りんご	牛乳 とり肉 ベーコン 白いんげん 生クリーム 海そう	ひのくにパン バター 油 ごま油	白菜 たまねぎ にんじん コーン チンゲンサイ だいこん ほうれん草 りんご	447 572 729
21	金	麦ごはん		卵スープ 魚のチリソース	牛乳 卵 ホキ	米 麦 でんぷん 油 じゃがいも さとう	寒天 にんじん たまねぎ チンゲンサイ ピーマン パプリカ しょうが	606 683 842
25	火	揚げパン		鶏団子と豆腐のスープ れんこんとツナのサラダ	牛乳 きな粉 とりつくね 豆腐 ツナ 海そう	コッペパン さとう アーモンド	にんじん キャベツ たまねぎ もやし しめじ こまつな しょうが れんこん ブロッコリー きゅうり	455 597 721
★ あじめぐり (北海道) ★								
26	水	十五穀ごはん		いもだんご汁 鮭の塩バター焼き 松前づけ	牛乳 油あげ サケ するめ こんぶ	米 15穀米 バター さとう いもだんご さといも ごま油	にんじん だいこん ごぼう ねぎ しいたけ 切り干し大根 こまつな	494 558 706
27	木	ココアパン		白菜のクイッティオスープ お豆腐のしゅうまい フルーツクリーム	牛乳 とり肉 おとうふしゅうまい 生クリーム	ココアパン さとう クイッティオ ごま油	しょうが にんにく 白菜 もやし きくらげ にんじん チンゲンサイ レモン みかん りんご パナナ	555 631 783
★ きくちさんデー (だいこん) ★								
28	金	わかめごはん		大豆の五目煮 大根のみそ汁 いきなりだんご	牛乳 わかめ とり肉 ちくわ 油揚げ 大豆 豆腐	米 麦 こんにゃく さとう 油 いきなりだんご	れんこん ごぼう ねぎ にんじん しいたけ いんげん だいこん	589 654 793

※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。