



9月7日から30日 こんだてよていひょう

令和2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	ねつちからになる	からだのちようしをとのえる	
7	月	麦ごはん		中華丼 海藻サラダ 冷凍みかん	牛乳 ぶた肉 うずら卵 いか ちりめん かいそう	米 麦 さとう でんぷん 油 ごま油	しょうが にんにく キャベツ にんじん たまねぎ だけのこと もやし いんげん きくらげ きゅうり みかん	531 597 727
8	火	ソフトフランスパン		やさいスープ きゅうりのレモンナッツサラダ ししゃもフリッター	牛乳 ししゃも ベーコン	ソフトフランスパン さとう 油 じゃがいも オリーブ油 アーモンド	たまねぎ にんじん キャベツ パセリ きゅうり コーン レモン ビーマン	461 535 766
「くまもとの地鶏 天草大王」給食					牛乳	米 麦 さとう でんぷん	にんじん たまねぎ しいたけ	485
9	水	麦ごはん		天草大王のたまごとし 豆腐のみそ汁	とり肉 卵 豆腐 わかめ		ねぎ えのきたけ こまつな	624 762
10	木	玄米パン		なすとペンネのミートソース コールスローサラダ ぶどう	牛乳 とり肉 ぶた肉	玄米パン オリーブ油 バター さとう	にんにく しょうが なす コーン たまねぎ キャベツ きゅうり にんじん ぶどう	538 616 738
11	金	麦ごはん		かぼちゃのうま煮 かみかみあえ てづくりふりかけ	牛乳 とり肉 厚揚げ てんぷら さきいか ちりめん あおのり	米 麦 じゃがいも こんにゃく ごま さとう 油 ごま油	かぼちゃ たまねぎ しいたけ いんげん もやし きゅうり にんじん	520 653 802
14	月	キムタクごはん		春雨スープ キャベツのアーモンド和え コーンしゅうまい	牛乳 ぶた肉 コーンしゅうまい	米 さとう ごま油 はるさめ アーモンド オリーブ油	つぼ漬 白菜キムチ ねぎ もやし にんじん いら しいたけ しょうが キャベツ きゅうり	492 571 721
★ きくちさんデー (梨) ★								
15	火	米粉パン		冬瓜の卵スープ 元気のでるレバー 梨	牛乳 卵 豆腐 かまぼこ とり肉 とりレバー	米粉パン でんぷん 油 カシューナッツ	とうがん こまつな きくらげ ねぎ しょうが いら なし	571 658 794
16	水	麦ごはん		魚のマヨネーズ焼き 切干大根のごま和え なすのみそ汁	牛乳 ホキ 豆腐 油揚げ くわわかめ	米 麦 ごま さとう ねりごま	たまねぎ しめじ えのきたけ 千切大根 こまつな にんじん もやし なす ねぎ	527 3小:中止 813
17	木	丸パン(カット)		かぼちゃのポタージュ ポイルキャベツ 豆腐ハバ-グのきのこソースかけ	牛乳 生クリーム 豆乳 豆腐ハバ-ク	丸パン さとう バター 米粉	たまねぎ コーン かぼちゃ パセリ キャベツ しめじ	546 667 790
18	金	雑穀ごはん		みそ団子汁 さんまの梅煮 きゅうりのしそ昆布和え	牛乳 生揚げ さんま こんぶ	米 15穀米 だんごめん さとう	だいこん にんじん しめじ こまつな きゅうり	542 604 775
23	水	梅じゃこごはん		のっぺい汁 牛肉とれんこんのきんぴら	牛乳 ちりめん とり肉 ちくわ 厚揚げ 牛肉 大豆 てんぷら	米 麦 ごま さといも ごま油 油 こんにゃく さとう	梅干し だいこん にんじん ごぼう しいたけ れんこん いんげん	507 614 757
24	木	黒糖パン		ポークシチュー アーモンドサラダ	牛乳 ぶた肉	黒糖パン さとう じゃがいも バター アーモンド	にんにく しょうが にんじん たまねぎ しめじ えだまめ キャベツ きゅうり ビーマン レモン	482 621
黒糖パン 防災食(エナジーカレー) 冷凍のむヨーグルト みかん果汁					泗水中学校は体育大会予行練習のため簡易給食			中: 790
「くまもとの地鶏 天草大王」給食					牛乳	米 麦 でんぷん	えだまめ	544
25	金	麦ごはん		鶏肉と夏野菜ナッツ和え クイッティオのスープ	とり肉 ぶた肉	油 さとう カシューナッツ ピーフン ごま油	にんにく しょうが ビーマン きくらげ もやし にんじん ねぎ	686 859
28	月	麦ごはん		肉豆腐 枝豆とわかめの和えもの	牛乳 牛肉 厚揚げ わかめ しそひじき	米 麦 しらたき さとう 油	にんじん たまねぎ 白菜 しめじ ねぎ キャベツ コーン	489 621 中: 中止
29	火	火の国パン		さつまいもとしめじのシチュー キャベツとツナのサラダ トマトオムレツ	牛乳 とり肉 白いんげん 豆乳 生クリーム ツナ 卵	ひのくにパン さつまいも バター 米粉 アーモンド	たまねぎ にんじん コーン しめじ パセリ キャベツ ブロッコリー きゅうり	546 625 中: 中止
30	水	麦ごはん		みそけんちん汁 あじゴマフライ キャベツの酢の物	牛乳 豆腐 油揚げ あじ	米 麦 油 さとう	だいこん ごぼう にんじん ねぎ しいたけ きゅうり キャベツ かんでん	493 603 735

※県産牛肉等学校給食提供推進事業により「天草大王」を給食で提供します。

※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。