



# 学校給食献立予定表



菊池地区学校給食共同調理場

日	曜	主食	牛乳	おかず	ざいりょう			(小) エネルギー たんぱく質	(中) エネルギー たんぱく質
					ちやにくやほねになる(あか)	ねつちやからになる(き)	からだのちやうしほとどのえる(あどり)		
8/25~8/31は簡易給食									
25	火	中華丼	牛乳	バナナ	ぶたにくいかうすらたまご ぎゅうにゅう オイスターソース	こめむぎ でんぶん さとう あぶら ごまあぶら	にんじん たまねぎ キャベツ たけのこ きくらげ きぬさや しょうが にんにく バナナ	545 21.6	742 27.1
26	水	サラダスパゲッティ	牛乳	いわしかりかりフライ ムース	ぎゅうにゅう ツナ ムース いわし	スパゲッティ さとう オリースオイル じゃがいも でんぶん げんまいこ こめこ	にんじん たまねぎ きゅうり キャベツ コーン しょうが	553 22.5	676 27.8
☆☆県産牛肉等推進事業「黒毛和牛」☆☆									
27	木	ビーフカレーライス	牛乳	黒糖ビーンズ	ぎゅうにく チーズ ぎゅうにゅう こくとうビーンズ	こめむぎあぶら	にんじん たまねぎ にんにく しょうが	821 24.8	1010 29.7
28	金	キムタクごはん	牛乳	かき玉汁	ぶたにく ぎゅうにゅう たまご かまぼこ (かつおぶし こんぶ)	こめむぎ ごまあぶら じゃがいも でんぶん	にんじん たくあん たまねぎ はくさいキムチ ねぎ	511 19.5	624 23.4
31	月	五目まぜごはん	牛乳	魚そうめん汁	とりにく あぶらあげ ぎゅうにゅう とうふ わかめ イトヨリ (かつおぶし こんぶ)	こめむぎ さとう あぶら でんぶん	にんじん ごぼう しいたけ えだまめ たまねぎ しめじ ねぎ	556 21.7	681 26
1	火	カットコッペパン	牛乳	ワンタンスープ カレーミート マンゴープリン	ぎゅうにゅう ぶたにく だいたす チーズ	コッペパン こむぎこ あぶら ワンタン ごまあぶら マンゴープリン	にんじん きくらげ たまねぎ キャベツ ねぎ ビーマン にんにく	601 21.5	739 27
2	水	麦ごはん	牛乳	マーボー春雨 ハンパハンジー	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく だいたす みそ オイスターソース とりにく	こめむぎ はるさめ でんぶん ごまあぶら あぶら さとう ごま	たまねぎ にんじん たけのこ しいたけ ねぎ にんにく しょうが キャベツ きゅうり	589 24.5	775 30.3
3	木	カット丸パン	牛乳	白身魚フライ・タルタルソース ポイルキャベツ 野菜スープ	ホキ ぎゅうにゅう ベーコン	まるパン さとう あぶら こむぎこ でんぶん さとう じゃがいも タルタルソース	キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ しめじ コーン パセリ	595 23.7	755 29.7
☆☆県産牛肉等推進事業「天草大王」☆☆									
4	金	親子丼	牛乳	はんぺん汁	ぎゅうにゅう とりにく たまご タら とうふ わかめ (かつおぶし こんぶ)	こめむぎ でんぶん さとう あぶら やまいも	たまねぎ ねぎ にんじん えのき	631 32.8	784 40.8
7	月	麦ごはん	牛乳	にら玉汁 鮭青のりチーズフライ 塩昆布和え	ぎゅうにゅう たまご こんぶ さけ チーズ あおさ (かつおぶし こんぶ)	こめむぎ じゃがいも でんぶん あぶら さとう ごま パンこ こむぎこ	たまねぎ にんじん えのきだけ にら キャベツ きゅうり	592 23.3	736 26.4
♪♪♪ 小学校：きくちさんデー「梨」♪♪♪									
8	火	丸パン	牛乳	キャロットシチュー アーモンドサラダ 梨(小)	ぎゅうにゅう とりにく いんげんまめ チーズ スキムミルク	まるパン こむぎこ さとう バター じゃがいも あぶら アーモンド	たまねぎ しめじ にんじん コーン パセリ キャベツ きゅうり なし	596 22.6	732 27.7
9	水	麦ごはん	牛乳	豆腐となすのみそ汁 さんまの甘露煮 もやしとハムの和え物	ぎゅうにゅう とうふ みそ あぶらあげ さんま ハム (かつおぶし)	こめむぎ さとう はちみつ でんぶん	にんじん たまねぎ なす ねぎ えのきだけ もやし きゅうり	592 22.8	772 28.2
10	木	ソフトフランスパン	牛乳	ナポリタン まめまめサラダ	ぎゅうにゅう ウィンナー いんげんまめ ひよこまめ えんどうまめ チーズ ツナ	ソフトフランスパン さとう あぶら スパゲッティ	たまねぎ にんじん ビーマン マッシュルーム トマト キャベツ きゅうり コーン	589 22.6	762 28.5
☆☆県産牛肉等推進事業「黒毛和牛」☆☆									
11	金	焼肉丼	牛乳	冬瓜のスープ	ぎゅうにく ぎゅうにゅう とうふ	こめむぎ さとう あぶら でんぶん	ビーマン にんじん キャベツ たまねぎ にんにく りんご ねぎ しょうが とうがき きくらげ	556 15.2	849 26.5
14	月	麦ごはん	牛乳	すまし汁 さばのごま味噌煮 ひじき和え	ぎゅうにゅう とうふ かまぼこ わかめ さば みそ しそひき (かつおぶし こんぶ)	こめむぎ ごま さとう こめこ	にんじん えのきだけ ねぎ キャベツ きゅうり	575 23.1	741 27.9
☆☆県産牛肉等推進事業「天草大王」☆☆									
15	火	米粉パン	牛乳	野菜団子スープ 鶏のカシューナッツ和え	ぎゅうにゅう とりにく たら	こめこパン さとう はるさめ でんぶん こむぎこ あぶら カシューナッツ	にんじん たまねぎ ねぎ しょうが ビーマン にんにく かぼちゃ ほうれんそう	640 33.7	825 43.2
16	水	麦ごはん	牛乳	じゃがいものそぼろ煮 きゅうりの酢の物 ふりかけ	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ さつまあげ わかめ たまご かつおぶし のり	こめむぎ じゃがいも さとう あぶら ごま でんぶん こんにやく	たまねぎ にんじん いんげん きゅうり キャベツ しょうが	584 20.2	765 25.0
♪♪♪ 中学校：きくちさんデー「梨」♪♪♪									
17	木	食パン	牛乳	ポークビーンズ ツナサラダ 梨(中)	ぎゅうにゅう ぶたにく だいたす ツナ チーズ	しょくパン さとう あぶら じゃがいも	たまねぎ にんじん トマト えだまめ きゅうり キャベツ にんにく なし	610 26.8	805 33.3
18	金	梅ちりごはん	牛乳	沢煮梅 卵焼き 切干大根の煮物	ちりめん ぎゅうにゅう ぶたにく たまご あぶらあげ さつまあげ (かつおぶし こんぶ)	こめむぎ しらたき ごま さとう あぶら	ゆかり ごぼう たけのこ ねぎ にんじん だいこん しいたけ きりぼしだいこん	623 21.6	714 21.5
23	水	ひじきごはん	牛乳	里いものみそ汁 きびなごカレーフライ ゆかり和え	ひじき あぶらあげ ぎゅうにゅう とうふ みそ わかめ (かつおぶし) きびなご	こめむぎ さとう あぶら ごま さといも パンこ こむぎこ でんぶん	にんじん えだまめ ねぎ きゅうり キャベツ ゆかり	588 23.4	730 26.6
24	木	ミルクパン	牛乳	ラビオリスープ スコッチエッグ チーズサラダ	ぎゅうにゅう ベーコン ハム とりにく ぶたにく たまご ぎゅうにく チーズ	ミルクパン こむぎこ さとう あぶら パンこ でんぶん	キャベツ たまねぎ にんじん しめじ きゅうり コーン トマト パセリ	697 27.9	730 26.6
☆☆県産牛肉等推進事業「黒毛和牛」☆☆									
25	金	麦ごはん	牛乳	すき焼き ごま酢和え	ぎゅうにゅう とうふ ぎゅうにく	こめむぎ マロニー さとう ごま あぶら	はくさい にんじん たまねぎ ねぎ えのきだけ キャベツ もやし	749 24.5	983 30.6
28	月	麦ごはん	牛乳	卵スープ 魚のチリソース かりかりきゅうり	ぎゅうにゅう たまご とうふ ホキ	こめむぎ でんぶん あぶら でんぶん さとう ごまあぶら	たまねぎ チンゲンサイ にんじん ねぎ しょうが きゅうり	585 25.2	730 26.6
29	火	カットコッペパン	牛乳	ワインナー 野菜とマカロニのスープ ぶどう	ウィンナー ぎゅうにゅう ベーコン	コッペパン さとう マカロニ	キャベツ たまねぎ にんじん しめじ パセリ ぶどう	570 20.9	730 26.6
30	水	チキンカレーライス	牛乳	こんにやく寒天サラダ	とりにく チーズ ぎゅうにゅう	こめむぎ じゃがいも あぶら ごま さとう ごまあぶら こんにやく	にんじん たまねぎ キャベツ きゅうり こんにやく もやし しょうが にんにく	618 18.7	759 22.4

※8月25日～8月31日は、新型コロナウイルス感染防止のため、品数を減らした簡易給食とします。  
 ※県産牛肉等学校給食提供推進事業により「黒毛和牛」と「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。  
 ※( )の食材は、だしを表示しています。