



2月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	主 な 材 料			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	
1	月	麦ごはん		厚揚げのそぼろ煮 春雨とブロッコリーのサラダ	牛乳 ぶた肉 厚揚げ	米 麦 しらたき さとう ごま油 はるさめ	ごぼう にんじん しいたけ たまねぎ いんげん コーン キャベツ ブロッコリー	529 613 755
2	火	かぼちゃパン		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	かぼちゃパン さとう 油 うどん ごま	ごぼう たまねぎ 白菜 しょうが にんじん しめじ ねぎ キャベツ こまつな	517 654 769
3	水	麦ごはん		いわしの梅煮 煮なます 豚キムチちゃんこ	牛乳 いわし 油揚げ ぶた肉 豆腐	米 麦 油 さとう しらたき ごま油	だいこん にんじん キャベツ たまねぎ 白菜キムチ たら しめじ	517 639 783
4	木	ソフトフランスパン		白菜のクリーム煮 大根と海藻のサラダ いちごのタルト	牛乳 とり肉 ベーコン 白いんげん 生クリーム	ソフトフランスパン さとう 米粉 バター 油 オリーブ油 いちごのタルト	白菜 たまねぎ にんじん コーン チンゲンサイ だいこん キャベツ かいそう	539 615 756
5	金	麦ごはん		魚のチリソース カシューナッツあえ 卵スープ	牛乳 ホキ 卵 とうふ	米 麦 油 さとう でんぷん カシューナッツ	パプリカ にんじん しょうが キャベツ こまつな ほうれん草 えのきたけ ねぎ	473 610 749
8	月	麦ごはん		おでん すみそあえ 納豆	牛乳 とり肉 生揚げ うずらの卵 ちくわ こんぶ わかめ 納豆	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 キャベツ	527 658 790
9	火	火の国パン		豆腐と野菜の中華風煮 蒸しぎょうざ りんご	牛乳 ぶた肉 うずら卵 とうふ ギョウザ	ひのくにパン さとう ごま油 でんぷん	しょうが にんにく 白菜 ねぎ たまねぎ チンゲンサイ にんじん しいたけ りんご	477 546 759
10	水	麦ごはん		干草焼き れんこんのきんぴら 石狩汁	牛乳 干草焼 鮭 くきわかめ	米 麦 つきこんにゃく ごま油 さとう	れんこん にんじん いんげん 白菜 ねぎ	517 638 802
12	金	ひじきごはん		みそけんちん汁 ししゃもフライ 白菜の甘酢和え	牛乳 ひじき 油揚げ 大豆 豆腐 ししゃも	米 しらたき ごま油 さとう 油 こんにゃく	えだまめ にんじん しいたけ ごぼう だいこん たけのこ ねぎ 白菜 きゅうり	464 615 793
15	月	麦ごはん		ポークキーマカレー カロテンサラダ ヨーグルト	牛乳 ぶた肉 ひよこめ チーズ ツナ 卵 ヨーグルト	米 麦 油 じゃがいも	しょうが たまねぎ にんじん きゅうり	564 721 864
16	火	米粉パン		スパゲティナポリタン 白菜とりんごのサラダ	牛乳 ベーコン 豚肉 チーズ	米粉パン スパゲティ さとう オリーブ油 バター アーモンド	にんにく たまねぎ しめじ 白菜 パプリカ にんじん ブロッコリー りんご コーン	585 680 799
17	水	麦ごはん		さばのごま衣焼き ほうれん草のおひたし すまし汁 塩のり	牛乳 さば ちりめん 豆腐 かまぼこ わかめ のり	米 麦 さとう	キャベツ ほうれん草 もやし たけのこ ねぎ	503 612 741
18	木	揚げパン		鶏団子と豆腐のスープ 大根のじゃこサラダ	牛乳 きな粉 とりつくね とうふ ちりめん 大豆	コッパパン さとう 油	もやし キャベツ たまねぎ 寒天 にんじん しめじ こまつな しょうが だいこん ブロッコリー	480 620 734
★ ふるさとくまさんデー (阿蘇の味) ★								
19	金	高菜ごはん		みそ団子汁 牛肉コロッケ ゆかりあえ	牛乳 ちりめん とり肉 牛肉コロッケ	米 ごま ごま油 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 しそ	480 621 769
22	月	麦ごはん		ハヤシ ブロッコリーのサラダ しらぬい	牛乳 牛肉 ソフトチーズ	米 麦 油 アーモンド さとう オリーブ油	たまねぎ にんじん グリンピース マッシュルーム コーン ブロッコリー キャベツ しらぬい	532 663 832
★ あじめぐり (北海道) ★								
24	水	十五穀ごはん		鮭の塩バター焼き 松前漬け いも団子汁	牛乳 鮭 するめ 油揚げ こんぶ	米 15穀米 バター さとう 油 じゃがいももち	切干し大根 こまつな にんじん だいこん ごぼう ねぎ しいたけ	483 569 737
25	木	ココアパン		根菜のスープ煮 鶏のハンバーグ フルーツクリーム	牛乳 とり肉 大豆 鶏のハンバーグ 生クリーム	ココアパン さとう オリーブ油	ごぼう れんこん だいこん たまねぎ にんじん しめじ しょうが レモン みかん りんご パナナ	中止 696 812
★ きくちさんデー (だいこん) ★								
26	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 油あげ 大豆 とうふ	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	585 653 795

※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。