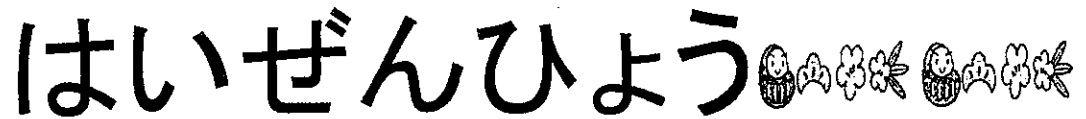


1月 こんだてよていひょう

令和6年度 菊池市瀬水学校給食センター

日 曜	主 食	牛乳	おかず	主 材 料			エネルギー (kcal)
				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	
8 水	麦ごはん		みそけんちん汁 ほうれん草のごまネー あえ れんこん平つくね	牛乳 とり肉 豆腐 油あげ れんこんつくね	米 麦 油 こんにゃく ごま	ごぼう だいこん にんじん ねぎ えのきたけ ほうれん草 キャベツ コーン	623 739
9 木	なめし		白玉そうじ ぶりのてりやき 白菜の昆布和え	牛乳 油あげ ぶり こんぶ	米 麦 ごま油 ごま さとう もち さといも	かぶの葉 だいこん葉 かぶ だいこん にんじん 白菜 こまつな	571 689
10 金	麦ごはん		中華丼 春巻き みかん	牛乳 ぶた肉 いか うずら卵(中学校のみ) はるまき	米 麦 ごま油 でんぶん 油	しょうが にんにく 白菜 ねぎ たまねぎ にんじん チンゲンサイ もやし きくらげ みかん	623 835
14 火	米粉パン		クリームスパゲティ キャベツとりんごのサラダ いりこ大豆	牛乳 ベーコン 豆乳 生クリーム 大豆 いりこ	米粉 小麦粉 さとう 卵 グラニュー バター 米粉 オリーブ油 黒砂糖 アーモンド 青のり	たまねぎ にんじん ブロッコリー キャベツ りんご コーン	646 778
15 水	麦ごはん		かきたま汁 いわしの梅みそに 菜焼き	牛乳 卵 豆腐 いわし 油あげ かまぼこ	米 麦 でんぶん さとう 油	にんじん 寒天 ねぎ 白菜 こまつな	597 729
16 木	玄米パン		白菜のクイッティオスープ 魚とさつま芋のナッツあえ フルーツムース	牛乳 ぶた肉 タラ	玄米パン ビーフン ごま油 油 さつまいも さとう アーモンド	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 えだまめ	692 808
★ ふるさとくまさんデー(菊池) ★							
17 金	麦ごはん		小袖団子汁 千草焼き ごぼうとひじきのあえもの	牛乳 油あげ たまご ちくわ ひじき	米 麦 小麦粉 米粉 さつまいも さとう ごま	だいこん にんじん ねぎ もやし ごぼう ブロッコリー	657 829
20 月	麦ごはん		親子煮 魚のてんぷら おかか和え	牛乳 とり肉 卵 凍り豆腐 ホキ かつおぶし	米 麦 油 じゃがいも さとう	にんじん たまねぎ しいたけ ねぎ 白菜 こまつな	675 827
21 火	丸パン(カッ)		冬野菜のクリーム煮 ハンバーグのケチャップソース りんご	牛乳 ベーコン 白いんげん 豆乳 生クリーム とうふハンバーグ	丸パン さとう 油 米粉	たまねぎ にんじん 白菜 しめじ かぶ りんご	662 809
22 水	麦ごはん		厚揚げともやしのみそ汁 さばのゆずみそに 白菜のひじき和え	牛乳 厚あげ さば ひじき	米 麦 さとう	もやし えのきたけ にんじん ねぎ 白菜 ほうれん草	636 771
23 木	麦ごはん		豚キムチちゃんこ にくづめいなり れんこんのきんぴら	牛乳 ぶた肉 豆腐 にくづめいなり くきわかめ	米 麦 しらたき ごま油 さとう	キャベツ にんじん たまねぎ 白菜キムチ にら しめじ れんこん いんげん	643 759
24 金	麦ごはん		チキンカレー カロテンサラダ	牛乳 とり肉 ツナ 卵	米 麦 じゃがいも 油	にんにく しょうが たまねぎ にんじん だいこん	651 804
★ 学校給食週間メニュー 27日(月)～31日(金) ★							
むかしの給食(給食が始まった頃の給食)							
27 月	麦ごはん		さつま汁 サケの塩焼き たくあん和え	牛乳 豆腐 てんぷら サケ こんぶ	米 麦 さつまいも こんにゃく ごま	にんじん だいこん ごぼう ねぎ たくあん 白菜	582 720
献立コンクール入賞作品							
28 火	ミルクパン		冬野菜のミネストローネ 水田ごぼうと切干大根のサラダ ししゃもフリッター	牛乳 ベーコン ツナ わかめ ひよこ豆 ししゃも	ミルクパン さとう 油 オリーブ油 ごま油 ごま	だいこん にんじん たまねぎ れんこん ブロッコリー にんにく 千切大根 ごぼう	589 847
献立コンクール入賞作品							
29 水	麦ごはん		菊池いっはいの炒め物 たまごのスープ	牛乳 えこめ牛 たまご わかめ	米 麦 ヤーコン ごま油 ごま でんぶん さとう	にんじん いんげん たまねぎ コーン	644 788
献立コンクール入賞作品							
30 木	食パン		鶏肉と菊池野菜のレモン炒め ラビオリとお豆のスープ いちごジャム	牛乳 とり肉 ひよこ豆	食パン さとう 小麦粉 でんぶん 油 オリーブ油 ラビオリ	たまねぎ アスハラガス コーン レモン にんじん ハセリ ブロッコリー	700 893
献立コンクール入賞作品・きくちさんデー ヤーコン							
31 金	麦ごはん		白菜とヤーコン たっぷりあんかけ 冬野菜みそ汁	牛乳 ぶた肉 油あげ 大豆	米 麦 ヤーコン さとう 油 でんぶん	白菜 にんじん しょうが ごぼう だいこん こまつな	615 752

※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。



菊池市泗水学校給食センター

31日 白菜とヤーコンたっぷりあんかけ

手洗いを
よくしてウイルス
シャットアウト