


2月こんだてひょう No.1

玖珠町学校給食センター

☆加工食品については、アレルギー表示をしています。

*印はコンタミ（アレルギー物質を含む原材料は使用していないが、極微量の混入の可能性のあること）の表示です。


日	添加物等	こんだてめい	血や肉・骨になるもの	体の調子をととのえるもの	熱や力になるもの	エネルギー
1 金		ごはん ベーコンと卵のチーズ炒め さつま汁	ぎゅうにゅう ベーコン チーズ たまご だいす とりにく あぶらあげ と うぶ みそ	たまねぎ ほうれんそう ごぼう たまねぎ にんじん ねぎ	こめ あぶら あぶら さつまいも	680

北山田小学校6年生のみなさんが家庭科の時間に考えてくれたメニューです。


テーマ：「全校のみんなが喜ぶ 給食献立」～栄養満点のおいしい給食～


＜アピールポイント＞


主菜の味付けはチーズをいれているので他の具材との相性がバツグンです。ベーコンのピンクと卵の黄色ほうれん草の緑でいろどりがカラフルで栄養も満点です！さつま汁は旬の野菜もたくさんはいつてい

4 月		チキンライス ポテのチーズ煮 ミートボールときゃべつのスープ	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン チーズ ミートボール	にんじん コーン たまねぎ パセリ たまねぎ にんじん コーン きゃべ つ	こめ じゃがいも マーガリン	673
--------	---	--------------------------------------	-----------------------------------	--	-------------------	-----


☆チキンライス 大豆 鶏肉 豚肉
☆ミートボール 豚肉 大豆 鶏肉

5 火		むぎ 麦ごはん 焼き肉丼 かきたま汁	ぎゅうにゅう ぎゅうにく かまぼこ たまご だいす	たまねぎ にんじん いとごんにやく ねぎ えのき ほうれんそう はくさい	こめ むぎ あぶら さとう でんぶん	546
--------	---	-----------------------------	---------------------------------	--	--------------------------	-----


6 水		げんりょう 減量パン アスパラのソテー カレーうどん	ぎゅうにゅう ロースハム とりにく セラチン	アスパラ いんげん コーン たまねぎ しめじ ねぎ	パン マーガリン あぶら うどん	534
--------	---	-------------------------------------	------------------------------	------------------------------	------------------------	-----

7 木		ごはん ビビンバ みそ汁	ぎゅうにゅう ぎゅうにく たまご あぶらあげ とうぶ わか め みそ	しょうが ぜんまい もやし ほうれ んそう だいこん はくさい えのき ねぎ	こめ こまあぶら さとう	631
--------	---	--------------------	---	--	-----------------	-----

☆クレープ 乳 卵 小麦 大豆 オレンジ セラチン


8 金		ごはん ぎょうざ とひすき	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく とりにく あつあげ	きゃべつ しょうが にら しいたけ ごぼう たまねぎ にんじ ん こんにゃく はくさい ねぎ	こめ こむぎこ あぶら あぶら さとう	578
--------	---	---------------------	----------------------------------	--	---------------------------	-----

☆ぎょうざ 豚肉 鶏肉 大

1 2 火		ごはん あかうお 赤魚のごまだれ 子育てたんご汁	ぎゅうにゅう あかうお とりにく あぶらあげ み そ	だいこん にんじん いもがら ねぎ	こめ あぶら こま きどう で んぶん あぶら さといも しらた まもり	660
-------------	---	-----------------------------------	-------------------------------------	-------------------	--	-----











1 3 水		ミルクパン バイクドエッグ ビーフシチュー	ぎゅうにゅう たまご ベーコン ぎゅうにく	たまねぎ ビーマン ほうれんそう たまねぎ にんじん グリーンピース	パン じゃがいも あぶら あぶら じゃがいも くら ざとう こむぎこ	633
-------------	---	-----------------------------	-----------------------------	---------------------------------------	---	-----

☆バイクドエッグ 卵 乳

1 4 木		むぎ 麦ごはん とりにく 鶏肉の照り煮 いしかじり 石狩汁	ぎゅうにゅう とりにく うすらたまご あぶらあげ とうぶ みそ さけ	たまねぎ コーン ねぎ	こめ むぎ さとう でんぶん ごま じゃがいも	726
-------------	---	--	---	-------------	-------------------------------	-----

2月こんだてひょう №2(小)

玖珠町学校給食センター

1 5 金	 ごもく 五目チャーハン かぼちゃサンドフライ はくさい 白菜とベーコンのスープ	ぎゅうにゅう やきぶた ぶたにく ベーコン たまご だいず	にんじん たけのこ しいたけ ねぎ かぼちゃ たまねぎ にんじん トマト はくさい	<u>こめ</u> あぶら あぶら パンこ ごむぎこ でんぶん でんぶん	669
☆五目チャーハン 乳 小麦 大豆 豚肉 ごま 鶏肉 セラチン ☆かぼちゃサンドフライ 小麦 大豆 豚肉					
1 8 月	 むぎ 麦ごはん もやしソテー ふゆさい 冬野菜のカレー	ぎゅうにゅう チキンハム ぎゅうにく スキムミルク	にんじん もやし ピーマン たまねぎ にんじん かつ プロッコ リー	<u>こめ</u> むぎ あぶら あぶら じゃがいも ごむぎこ	600
☆チキンハム 鶏肉 (*小麦 *卵 *乳)					
1 9 火	 ごはん ぶたにく しょうがや 豚肉の生姜焼き せんべい汁	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく	しょうが たまねぎ ごぼう だいこん こまつな	<u>こめ</u> ごまあぶら おつゆせんべい	634
☆おつゆせんべい					
2 0 水	 あげパン スコッチエッグ やさい 野菜スープ	ぎゅうにゅう きなこ たまご ぶたにく とりにく ベーコン	たまねぎ たまねぎ にんじん きゃべつ ほう れんそう ねぎ	パン あぶら さとう パンこ さとう あぶら	621
☆スコッチエッグ 卵 豚肉 鶏肉 小麦 大豆					
2 1 木	 わかめごはん シューマイ はつぼうさい 八宝菜	ぎゅうにゅう わかめ ぶたにく ぶたにく いか うずらた まご	たまねぎ しょうが たまねぎ にんじん たけのこ きく らげ きゃべつ きぬさや	<u>こめ</u> パンこ ごむぎこ でんぶん あぶら でんぶん	683
☆シューマイ 豚肉 小麦					
2 2 金	 ごはん もやしのナムル じゃが豚キムチ	ぎゅうにゅう わかめ ぶたにく	もやし こまつな たまねぎ にんじん いとごんにゃく はくさい なら	<u>こめ</u> ごま さとう ごまあぶら あぶら じゃがいも さと う	565
2 5 月	 むぎ 麦ごはん トリニータ丼 みそワンドンスープ	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく みそ	しょうが なら にんじん もやし きゃべつ ねぎ	<u>こめ</u> むぎ でんぶん あぶら ごまあ ぶら さとう ワンドン	652
2 6 火	 ごはん おやこどん 親子丼 こらみいた 香味炒め	ぎゅうにゅう とりにく たまご かまほ こ だいず しらすぼし かつおぶし	たまねぎ にんじん ねぎ こまつな にんじん もやし	<u>こめ</u> さとう ごまあぶら さとう ごま	590
2 7 水	 パン てりやきパティ ミネストローネスープ	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン	たまねぎ たまねぎ にんじん セロリ トマト パセリ	パン パンこ でんぶん さとう じゃがいも マカロニ オ リーブオイル	606
☆てりやきパティ 小麦 鶏肉 大豆 りんご (*卵 *乳)					
2 8 木	 かわい菜めし いかてんぷら だいこんスープ	ぎゅうにゅう わかめ みそ いか チキンウイナー	あおな だいこん たまねぎ にんじん きゃ べつ	<u>こめ</u> ごむぎこ あぶら オリーブオイル	722

☆なめし ごま 大豆
☆いかてんぷら いか 小
☆りんごタルト りんご 大豆

太字は中学3年生のリクエスト

*アンダーラインの入った食品は玖珠産です

