



2月こんだてひょう



令和6年度

御船町学校給食センター

●ごはん用おわん(パージュ) ○大きいおかず用おわん ◆平皿 ★小皿 ■カレー皿・・・工夫して盛り付けよう！

ひ	よう	しゅしょく	ぎゅうにゅう	おかず	ざいりょう			エネルギーたんぱく質
					ねつやちからになる(黄)	ちやにくやほねになる(赤)	からだのちょうしをととのえる(緑)	
せつぶんこんだて				○なめこ汁 ◆いわしのみぞれ煮 ◆ごまじゃこあえ・節分豆	こめ むぎ ごま さとう ごまあぶら	ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ わかめ だし (いりこ) みそ いわしそれぞれに ちりめん せつぶんまめ	なめこ だいこん にんじん ねぎ もやし きゅうり こまつな	627 27.0
3	げつ	●麦ごはん		○かぼちゃのポタージュ ◆ウインナー ◆野菜サラダ	コッペパン さとう あぶら ノンエッグマヨネーズ	ウインナー ぎゅうにゅう チーズ とりにく しろういんげんまめ スキムミルク	たまねぎ かぼちゃ にんじん しめじ パセリ キャベツ コーン きゅうり	694 27.7
4	か	セルフドッグ (コッペパン)		○おでん ◆春雨の酢の物 ツナマヨ・のり	こめ むぎ さといも こんにゃく はるさめ さとう ごま ツナマヨ	ぎゅうにゅう とりにく あつあげ ちくわ がんもどき わかめ ハム のり だし (かつおぶし)	だいこん にんじん きゅうり	628 24.8
5	すい	セルフおにぎり (●麦ごはん)		○タイピーエン ★バンバンジーサラダ	コッペパン あぶら さとう くらざとう はるさめ ごまあぶら ごま	きなこ ぎゅうにゅう ぶたにく うすらたまご とりにく	にんじん たまねぎ はくさい たけのこ きくらげ ねぎ もやし しょうが きゅうり	601 26.9
6	もく	◆揚げパン		○里芋のそぼろ煮 ◆梅あえ ◆いちご(2個)	こめ こんにゃく さといも さとう でんぶ あぶら	たまご さけ ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ かつおぶし	えだまめ しょうが いちご にんじん たまねぎ きぬさや キャベツ きゅうり うめ	632 28.7
7	きん	●三色ごはん		○タンタン麺 ◆ナムル	こめ むぎ ごまあぶら さとう あぶら ちゅうかめん ごま	ベーコン ぎゅうにゅう ぶたにく みそ	コーン たまねぎ にんじん ねぎ もやし えだまめ にんにく だいこん きゅうり しょうが にら チンゲンサイ きくらげ	670 24.2
10	げつ	●五目チャーハン		○けんちん汁 ◆さばのみそ煮 ◆おかかあえ	こめ むぎ こんにゃく あぶら さとう	ぎゅうにゅう とうふ さば だし (いりこ) みそ かつおぶし	にんじん ごぼう だいこん ねぎ しょうが キャベツ きゅうり	631 24.9
12	すい	●麦ごはん		■ビーフカレー ◆カリカリ豆サラダ	こめ むぎ じゃがいも ノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう ぎゅうにく だいず ハム チーズ みそ	たまねぎ にんじん えだまめ にんにく きゅうり レタス コーン	649 23.2
13	もく	カレーライス (■麦ごはん)		○すき焼き ◆五目厚焼卵 ◆小松菜のしそ昆布あえ	こめ むぎ あぶら しらたき さとう ごま	ぎゅうにゅう ぎゅうにく とうふ ごもくあつやきたまご こんぶ	たまねぎ にんじん しめじ ねぎ はくさい キャベツ もやし こまつな	610 26.8
あじのたび〜東京〜				○野菜スープ ◆ハンバーグのきのこソース ◆ブロッコリーサラダ	こめ むぎ じゃがいも あぶら さとう バター	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく ハンバーグ	はくさい にんじん だいこん ブロッコリー たまねぎ こまつな しめじ カリフラワー えのきたけ マッシュルーム コーン	652 25.6
14	きん	●麦ごはん		○パンネのクリーム煮 ◆ナッツサラダ ★手作りいちごジャム	食パン パンネ アーモンド オリーブゆ さとう	ぎゅうにゅう とりにく チーズ スキムミルク ハム	たまねぎ しめじ にんじん ほうれんそう きゅうり キャベツ いちご レモン	608 24.7
17	か	食パン		○大根のみそ汁 ◆ちくわの磯辺揚げ ◆れんこんのサラダ	こめ むぎ こんにゃく さとう こむぎこ あぶら ごま ノンエッグマヨネーズ	とりにく あぶらあげ わかめ ぎゅうにゅう みそ ちくわ あおのり ツナ だし (いりこ)	にんじん しょうが えだまめ だいこん たまねぎ ねぎ れんこん きゅうり	607 24.0
ふるさとくまさんデー 〜八代地域〜				○ポークビーンズ ◆ほうれん草ソテー ★フルーツクリーム	コッペパン さとう じゃがいも バター あぶら なまクリーム	ぎゅうにゅう ベーコン だいず ぶたにく	レモン みかん もも いちご コーン たまねぎ にんじん えだまめ トマト にんにく ほうれんそう キャベツ	676 25.4
19	すい	●生薑の里ごはん		○ボト風 ◆鯛の香草焼き ◆でこぼんサラダ	こめ むぎ はるさめ オリーブゆ あぶら さとう	ぎゅうにゅう にくだんご たい ハム ウインナー	たまねぎ えのきたけ にんじん パジル ブロッコリー はくさい チンゲンサイ キャベツ にんにく レモン でこぼん きゅうり	604 26.1
20	もく	フルーツクリームサンド (コッペパン)		○カレーうどん ◆シーフードサラダ ★りんご	ミルクパン うどん あぶら さとう オリーブゆ	ぎゅうにゅう ぶたにく いか えび わかめ	にんじん もやし たまねぎ にんにく キャベツ にら しょうが きゅうり りんご	622 26.3
21	か	ミルクパン		○豆乳豚汁 ◆メバル塩糍焼き ◆ひじきと大豆の煮もの	こめ むぎ こんにゃく あぶら さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ だいず とうにゅう みそ ひじき あぶらあげ だし (いりこ) メバルしおこうじづけ	にんじん だいこん ごぼう しょうが いんげん ねぎ	620 30.0
25	すい	●麦ごはん		○中華風かき玉スープ ◆肉キャベツの具 豆乳プリンタルト	こめ むぎ じゃがいも でんぶ ごまあぶら あぶら さとう とうにゅうプリンタルト	ぎゅうにゅう ベーコン たまご わかめ ぶたにく ぎゅうにく みそ	たまねぎ にんじん チンゲンサイ キャベツ たけのこ ピーマン きくらげ しょうが にんにく	696 24.0
26	もく	肉キャベツ (●麦ごはん)		○トックススープ ◆ヤンニョムチキン ◆レタスのサラダ	こめ むぎ トック ごまあぶら あぶら でんぶ さとう ごま	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく	チンゲンサイ にんじん たまねぎ たけのこ ねぎ きくらげ レタス しょうが にんにく きゅうり	686 23.5
27	きん	●麦ごはん						

※献立・材料・実施の有無は都合により変更する場合があります

のりの消費拡大普及活動のため2月6日の「のりの日」にあわせて、熊本県漁業協同組合連合会様より焼きのりをいただきました。
2月5日の給食で提供しますので、おにぎりを作って食べてください。