

8・9月



よていこんだてひょう

令和元年度
相良村学校給食
共同調理場

ひ	よう	しゅしょく	ぎゅうにゅう	おかず	おもなざいりょう		
					あか ちやにくやほねになる	きいろ ねつやちからになる	みどり からだのちょうしをととのえる
29	木	ごはん		ポークカレー キャベツのメンチカツ フルーツヨーグルト	ぎゅうにゅう ぶたにく ヨーグルト	こめ パンこ さとう でんぷん あぶら じゃがいも ゼリー	キャベツ たまねぎ にんじん しめじ みかん パイン もも グリーンピース にんにく
30	金	コッペパン		ひやしちゅうか ほうれんそうのソテー マーシャルビーンズ	ぎゅうにゅう ハム たまご ベーコン スキムミルク	こむぎこ めん さとう あぶら ごまあぶら	きゅうり にんじん もやし しいたけ なし ほうれんそう コーン
2	げつ	ごはん		マーボーなす バンサンスー ぎょうざ	ぶたにく とりにく ぎゅうにゅう ハム	でんぷん あぶら さとう こめ こむぎこ ごまあぶら はるさめ	キャベツ たまねぎ なす たら にんじん しょうが にんにく しいたけ きゅうり たけのこ
3	か	わかめごはん		うどん アスパラガスのサラダ いりこのあおのりあえ	ぎゅうにゅう とりにく ちくわ あぶらあげ ハム いりこ	こめ うどん さとう あぶら バター	にんじん たまねぎ ねぎ アスパラガス コーン わかめ あおのり
4	すい	むぎごはん		とうにゅうとんじる かいそうサラダ しおさば	ぎゅうにゅう ぶたにく とうにゅう さば とうふ	こめ むぎ あぶら ごまあぶら	にんじん もやし たまねぎ ねぎ こんにやく しいたけ かいそう きゅうり レタス
5	もく	カレーピラフ		コンソメスープ あげじゃがサラダ ぶどう	ベーコン ぎゅうにゅう とりにく	こめ あぶら フライドポテト さとう	たまねぎ にんじん キャベツ マッシュルーム えのきたけ パセリ レタス きゅうり コーン ぶどう
6	きん	しよくパン いちごジャム		にくだんごのスープ カミカミサラダ タンドリーチキン	スキムミルク ぎゅうにゅう ミートボール とりにく ヨーグルト イカ	こむぎこ さとう はるさめ あぶら ごま	にんじん たまねぎ キャベツ きくらげ ねぎ ごぼう えだまめ きゅうり にんにく
9	げつ	ごはん		おやこどん ほうれんそうのごまあえ なし	ぎゅうにゅう とりにく たまご	こめ さとう でんぷん ごま	たまねぎ にんじん しいたけ ねぎ ほうれんそう もやし なし
10	か	アーモンドトースト		わかめスープ コールスローサラダ オムレツ	スキムミルク ぎゅうにゅう とうふ オムレツ	こむぎこ さとう バター アーモンド ごまあぶら	わかめ にんじん ねぎ えのき たまねぎ キャベツ きゅうり コーン
11	すい	ざっこくごはん		そうめんじる なすのみそいため ぶどうゼリー	ぎゅうにゅう ちくわ ぶたにく	こめ ざっこくまい さとう ゼリー そうめん	わかめ たまねぎ にんじん ねぎ しいたけ こんぶ なす しょうが にんにく
12	もく	ごはん		ハヤシライス マカロニサラダ だいずのりんかけ	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず ハム	こめ マカロニ マヨネーズ さとう	たまねぎ にんじん グリーンピース キャベツ きゅうり エリンギ
13	きん	ごはん お月見だんご		かぼちゃのみそしる ひじきサラダ くきわかめのきんぴら	ぎゅうにゅう あぶらあげ マグロ(ツナ) ちりめん	こめ さとう あぶら ごま ごまあぶら	かぼちゃ たまねぎ えのきたけ ねぎ ひじき キャベツ きゅうり にんじん コーン わかめ
17	か	むぎごはん		はるさめスープ チンジャオロースー ぶどう	ぎゅうにゅう かまぼこ ぶたにく とりにく	こめ むぎ はるさめ さとう ごまあぶら	にんじん たまねぎ キャベツ しめじ しょうが もやし ぶどう ピーマン たけのこ にんにく
18	すい	ゆかりごはん		みそけんちんじる きりぼしだいこんのたまごとじ ホキのごまみそやき	ぎゅうにゅう とりにく とうふ たまご かつおぶし ホキ	こめ さとう ごま	たまねぎ だいこん にんじん しいたけ こんにやく ねぎ きりぼしだいこん えだまめ
19	もく	ごはん		タイピーエン ナムル シューマイ	ぎゅうにゅう ぶたにく いか うずらたまご シューマイ	こめ はるさめ ごま さとう ごまあぶら	きくらげ たまねぎ にんじん キャベツ ねぎ もやし ほうれんそう
20	きん	ミルクパン		コーンポタージュ ポテトサラダ ししゃもフライ	スキムミルク ぎゅうにゅう ベーコン チーズ ハム ししゃも	こむぎこ さとう じゃがいも あぶら マヨネーズ	たまねぎ にんじん きゅうり ホールコーン
24	か	ごはん		マーボーとうふ もやしのおかかあえ あんにんフルーツ	ぎゅうにゅう ぶたにく かつおぶし とうふ	こめ さとう あんにんどうふ ゼリー	しいたけ たまねぎ にんじん にんにく もやし きゅうり パイン もも みかん
25	すい	きゅうきゅう カレー		非常食体験の給食を 実施します。	調理なしでそのまま食べ られるごはん入りレトルト パックです。	とうもろこし じゃがいも カレーこ こめ あぶら	にんじん たまねぎ しめじ トマト
26	もく	ごはん <small>北小・南小は振替休日</small>		かきたまじる にんにくのめとぶたにくのいためもの なすのグラタン	ぎゅうにゅう とりにく とうふ かつおぶし ぶたにく チーズ たまご	こめ でんぷん さとう	たまねぎ にんじん えのきたけ わかめ にんにく しょうが なす しめじ
27	きん	テーブルロール		スパゲティミートソース シーザーサラダ ヨーグルト(ソフール)	スキムミルク たまご ぶたにく ぎゅうにゅう チーズ ヨーグルト ベーコン	こむぎこ さとう スパゲティ クルトン	たまねぎ にんじん グリーンピース マッシュルーム にんにく レタス きゅうり コーン
30	げつ	ごはん <small>南・北小は振替休日</small>		ちゅうかどん きゅうりとわかめのすのもの とりにくのからあげ	ぎゅうにゅう ぶたにく いか うずらたまご とりにく	こめ でんぷん さとう ごま こむぎこ あぶら	たまねぎ にんじん キャベツ きくらげ たけのこ ねぎ わかめ きゅうり しょうが にんにく

※都合により献立の一部を変更する場合があります。