



2月 こんだてひょう



牛深学校給食センター (72-4158)

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
					ちやにくやほねになる	ねつやちからになる	からだのちようしをととのえる	そのた	
2	げつ	★節分メニュー★ わかめごはん		いわしフライ ごますあえ そうめんじる せつぶんまめ	ぎゅうにゅう とうふ いわし だいす わかめ かまぼこ	こめ あぶら さとう ごま そうめん こむぎこ パンこ	きゅうり にんじん キャベツ もやし たまねぎ しめじ はくさい ねぎ	こんぶ けずり節	641 23.3
3	か	カットコッペパン		チリコンカン チーズサラダ やさいのスープに	ぎゅうにゅう だいす ぶたにく ぎゅうにく チーズ ハム ベーコン とりにく	コッペパン さとう あぶら じゃがいも マカロニ	たまねぎ にんじん ビーマン トマト きゅうり キャベツ コーン しいたけ パセリ		638 26.8
4	すい	むぎごはん		タッカルビ ごぼうサラダ はるさめスープ	ぎゅうにゅう とりにく ツナ ちくわ	こめ むぎ さとう あぶら ノンエッグマヨネーズ ごま はるさめ ごまあぶら	たまねぎ キャベツ にんじん キムチ ごぼう きゅうり きくらげ こまつな ねぎ		659 24.6
5	もく	こくとうパン		トマトオムレツ ビーンズサラダ ふゆやさいのシチュー	ぎゅうにゅう たまご ハム ミックスビーンズ とりにく スキムミルク ベーコン	こくとうパン あぶら さとう じゃがいも	きゅうり キャベツ にんじん たまねぎ かぶ ブロッコリー		608 26.9
6	きん	★リクエストメニュー★ キムタクごはん		ひじきシュウマイ② ごまじゃこサラダ コーンとたまごのスープ	ぎゅうにゅう ぶたにく ひじき ちりめん たまご ベーコン	こめ ごまあぶら ごま さとう でんぶん	つぼづけ キムチ ねぎ きゅうり だいこん にんじん たまねぎ コーン チンゲンサイ		620 24.2
9	げつ	むぎごはん		さかなのごまみそやき ひじきのにもものっぺいじる	ぎゅうにゅう ホキ あげ だいす とりにく あつあちくわ ひじき	こめ むぎ ごま さとう ノンエッグマヨネーズ あぶら さともいも でんぶん	にんじん ごぼう ねぎ しいたけ こんにゃく	いりこ	616 26.7
10	か	カットコッペパン		ウインナー ごまドレッシングあえ にくだんごスープ	ぎゅうにゅう ウインナー ぶたにく とりにく	コッペパン あぶら さとう	キャベツ きゅうり きくらげ ほうれんそう たまねぎ コーン にんじん ねぎ えのきだけ		641 23.7
12	もく	むぎごはん		れんこんつくね こまつなのあえもの じゃがいものそばろに	ぎゅうにゅう とりにく あつあげ さつまあげ えだまめ	こめ むぎ さとう ごまあぶら あぶら じゃがいも でんぶん	こまつな もやし にんじん コーン たまねぎ こんにゃく れんこん		647 24.5
13	きん	チキンライス		ハートのコロッケ ブロッコリーサラダ やさいとまめのスープ	とりにく ぎゅうにゅう ハム ミックスビーンズ	こめ あぶら さとう じゃがいも	たまねぎ にんじん グリンピース マッシュルーム キャベツ ブロッコリー きゅうり パセリ		633 21.0
16	げつ	むぎごはん		いわししょうがに こんにゃくおかかあえ ふゆやさいのみそじる	ぎゅうにゅう いわし さつまあげ かつおぶし あげ とうふ	こめ むぎ ごま さとう ごまあぶら さともいも	にんじん きぬさや だいこん はくさい しいたけ ねぎ こまつな こんにゃく	いりこ	625 24.0
17	か	ミルクパン		てりやきチキン ひじきマヨサラダ ラビオリスープ	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン ひじき	ミルクパン さとう ごま ノンエッグマヨネーズ こむぎこ	しょうが キャベツ パセリ きゅうり にんじん たまねぎ		676 30.2
天草宝島デー「白菜」					やきぎょうざ② ちゅうかサラダ はっほうさい	ぎゅうにゅう ぶたにく ハム ぶたにく うすらたまご ちくわ	こめ むぎ さとう ごまあぶら でんぶん	もやし きゅうり にんじん ねぎ しょうが だけのこ しいたけ たまねぎ はくさい	606 23.4
18	すい	むぎごはん							
19	もく	★リクエストメニュー★ きなこあげパン		ツナサラダ ワンタンスープ	きなこ ぎゅうにゅう ちくわ ツナ ぶたにく	コッペパン さとう あぶら ノンエッグマヨネーズ ワンタン	きゅうり キャベツ にんじん たまねぎ しいたけ はくさい ねぎ		628 26.5
20	きん	★阿蘇の味★ たかなめし あるさどくきさんて		あつやきたまご ほうれんそうのあえもの だごじる	ちりめん ぎゅうにゅう あげ たまご とりにく ちくわ みそ	こめ ごま さとう ごまあぶら こむぎこ さともいも こめこ	たかなづけ もやし ねぎ ほうれんそう にんじん コーン ごぼう しいたけ だいこん	いりこ	636 24.5
24	か	ミルクパン		ミンチカツ コーンサラダ ポトフ	ぎゅうにゅう ウインナー ぶたにく とりにく	ミルクパン あぶら さとう じゃがいも パンこ こむぎこ	キャベツ きゅうり にんじん コーン たまねぎ しいたけ		653 24.7
25	すい	★リクエストメニュー★ むぎごはん		ソースカツ たくあんあえ ごじる	ぎゅうにゅう ぶたにく だいす あつあげ みそ わかめ	こめ むぎ あぶら さとう ごま じゃがいも パンこ こむぎこ	たくあんづけ きゅうり キャベツ こんぶ たまねぎ にんじん しいたけ ねぎ	いりこ	682 23.6
天草宝島デー「天草豚肉」「スナッフえんどう」					ぶたにく ぎゅうにゅう ハム とりにく	こめ むぎ あぶら じゃがいも さとう	たまねぎ にんじん しょうが にんにく りんご キャベツ きゅうり スナッフえんどう		712 21.2
26	もく	カレーライス (むぎごはん)		チキンナゲット スナッフエンドウのサラダ					
天草宝島デー「天草和牛」					ちくわのいそべあげ② わかめのすのもの すきやきふうに	ぎゅうにゅう ちくわ あつあげ ぎゅうにく わかめ あおのり	こめ むぎ あぶら こむぎこ さとう マロニー	にんじん きゅうり ねぎ はくさい しいたけ たまねぎ こんにゃく	697 28.4
27	きん	むぎごはん							

※献立は都合により、変更することがあります。ご了承ください。

2月
天草産食材



こめ きくらげ しいたけ いりこ きゅうり はくさい スナッフえんどう ぶたにく 天草和牛