



# れいわ6ねん 2がつ こんだてよていひょう



ようちえん

宇土市学校給食センター

日	曜	しゅしょく	ぎゅうにゅう	おかず	おもなざいりょう		
					きいろ	あか	みどり
					おもにエネルギーになる	おもにからだをつくる	おもにからだのちょうしをととのえる
1	もく	むぎごはん		フォーふうスープ ホイコーロー	こめ むぎ ビーン さとう ごまあぶら	ぎゅうにゅう チキンハム かまぼこ ぶたにく あかみそ	にんじん たまねぎ もやし きくらげ キャベツ ピーマン こまつな にんにく しょうが
2	きん	むぎごはん		ふゆやさいのみそしる いわしかりかりフライ きんぴら せつぶんデザート	こめ むぎ あぶら さとう こめこ ごま ごまあぶら じゃがいも でんぷん こんにやく とうにゅうプリン	ぎゅうにゅう あぶらあげ わかめ いわし てんぷら むぎみそ (だし: いりこ)	にんじん ねぎ ごぼう だいこん はくさい
5	げつ	むぎごはん		とうふのちゅうかに はるまき ナムル	こめ むぎ さとう でんぷん こむぎこ ごま はるさめ ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ	たけのこ たまねぎ にんじん ねぎ ほししいたけ きゅうり はくさい もやし しょうが キャベツ
6	か	コッペパンカット		やさいスープ チリコンカン	パン さとう じゃがいも レッドキドニー	ぎゅうにゅう チキンウインナー ぎゅうにく ぶたにく だいた	キャベツ たまねぎ にんじん とうもろこし にんにく しめじ
7	すい	むぎごはん		ごもくじる たまごやき ツナマヨサラダ 宇土産やきのり	こめ むぎ こんにやく じゃがいも ノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう とりにく ツナ あつあげ たまご のり (だし: いりこ)	にんじん ほししいたけ とうもろこし きゅうり ごぼう ねぎ
8	もく	むぎごはん		ぶたじる チキンカツ そくせきづけ	こめ むぎ じゃがいも こんにやく あぶら パンこ	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく とうふ むぎみそ (だし: いりこ)	にんじん ほししいたけ つぼづけ キャベツ しょうが ごぼう ねぎ
9	きん	むぎごはん		チキンカレー フルーツあんじん	こめ むぎ じゃがいも やさいゼリー	ぎゅうにゅう とりにく チーズ あんにんどうふ	にんじん たまねぎ りんご にんにく しょうが トマト みかん もも パイン
12	げつ	ふりかえきゅうじつ					
13	か	しよくパン		トマトスープ ハンバーグのデミソース コーンソテー チョコだいた	パン さとう じゃがいも バター チョコだいた	ぎゅうにゅう ベーコン とりにく ぶたにく チキンウインナー	たまねぎ キャベツ にんじん いんげん とうもろこし トマト にんにく しょうが
14	すい	むぎごはん		あおさのみそしる いわしのかばやき ほうれんそうのごまあえ	こめ むぎ あぶら さとう ごま ねりごま でんぷん	ぎゅうにゅう あぶらあげ いわし あおさ とうふ むぎみそ (だし: いりこ)	にんじん たまねぎ はくさい ねぎ ほうれんそう もやし きゅうり しめじ しょうが
15	もく	むぎごはん		すきやきふうに あまずあえ	こめ むぎ こんにやく さとう ごま マロニー	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ わかめ	キャベツ にんじん たまねぎ ねぎ もやし きゅうり とうもろこし なす
16	きん	むぎごはん		サンラータン シューマイ はるさめのごもくいため	こめ むぎ でんぷん さとう ラーゆ はるさめ ごまあぶら こむぎこ	ぎゅうにゅう とりにく とうふ たまご ぶたにく	にんじん たまねぎ たけのこ きくらげ ピーマン ねぎ ほししいたけ しょうが
19	げつ	むぎごはん		マーボーどうふ ちゅうかあえ	こめ むぎ さとう ごまあぶら ごま でんぷん	ぎゅうにゅう ぶたにく だいた とうふ あかみそ	にんじん たまねぎ ねぎ きゅうり もやし たけのこ にんにく しょうが
20	か	ミルクパン		ちゃんぽん ぎょうざ クレープ	パン チャンポンめん こむぎこ クレープ ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく いか かまぼこ	たまねぎ にんじん ねぎ キャベツ きくらげ たけのこ にら にんにく しょうが
21	すい	むぎごはん		とうにゅうみそしる さんがやき ひじきいために	こめ むぎ じゃがいも こんにやく さとう ごま でんぷん	ぎゅうにゅう あつあげ わかめ だいた てんぷら ひじき あじ とうにゅう むぎみそ (だし: いりこ)	にんじん たまねぎ ねぎ いんげん ごぼう たけのこ えのきたけ
22	もく	むぎごはん		わかめスープ げんきのでるレバー	こめ むぎ ごま でんぷん あぶら さとう	ぎゅうにゅう わかめ とうふ とりにく とりレバー	にんじん たまねぎ しめじ にら にんにく しょうが
23	きん	てんのうたんじょうび					
26	げつ	むぎごはん		ちゃんこじる ししゃもフライ きりぼしだいこんのもの	こめ むぎ ごまあぶら あぶら さとう いとこんにやく パンこ でんぷん	ぎゅうにゅう とりにく てんぷら あぶらあげ とうふ ししゃも	はくさい にんじん もやし きりぼしだいこん たまねぎ えだまめ ねぎ
27	か	ココアパン		マカロニのトマトに ブロッコリーサラダ	パン さとう マカロニ じゃがいも ドレッシング	ぎゅうにゅう とりにく	たまねぎ にんじん えだまめ ブロッコリー きゅうり トマト とうもろこし パプリカ
28	すい	むぎごはん		おでん ぶたキムチ ミルメーク	こめ むぎ こんにやく さといも ごまあぶら ミルメーク	ぎゅうにゅう とりにく ちくわ うずらたまご ぶたにく こんぶ とうふ	にんじん たまねぎ キャベツ もやし はくさいキムチ だいこん
29	もく	むぎごはん		キーマカレー かみかみサラダ	こめ むぎ じゃがいも さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく しらすぼし だいた チーズ	にんじん たまねぎ きゅうり キャベツ トマト りんご にんにく しょうが

今月の献立のテーマ

※献立は、都合により変更することがあります。

## 地産地消のよさ

給食では、できるだけ宇土や宇城地域、熊本県産の食材を取り入れるように心がけています。地域の食べ物を味わい、知る機会にしてほしいと思っています。

<地産地消のいいところ>

- ① 新鮮・安心・安全
- ② 環境にやさしい
- ③ 豊かな地域づくり
- ④ 地域の理解を深める

## \*今月のうとんうまか食材\*



給食のお米  
100%  
宇土産



今年もいただきました!  
2月は網田漁協の  
焼き海苔

味わって  
食べてね

