



# れいわ2ねん 8がつ こんだてよていひょう



宇土東・緑川・網田小学校

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			えいようりょう	
					きいろ ねつやちからになる	あか ちやくやほねになる	みどり からだのちようしをととのえる	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
まごわやさしい給食									
17	げつ	むぎごはん		うまにかつおしょうがにこんぶふりかけ	こめ むぎ じゃがいも こんにやく さとう さといも ごま	ぎゅうにゅう ぎゅうにく とりにく	にんじん たまねぎ いんげん しいたけ ごぼう れんこん しょうが	681	32.2
18	か	ミルクパン		はるさめとくだんごスープ てりやきチキン はちみつレモンゼリー	パン さとう はるさめ ごまあぶらパンこ ゼリー	ぎゅうにゅう ぎゅうにく	たけのこ キャベツ にんじん たまねぎ きくらげ ねぎ	731	28.1
19	すい	むぎごはん		かぼちやのみそしるカレーふうみきんぴらーしょくはまたきいわし	こめ むぎ こんにやく さとう	ぎゅうにゅう あつあげ わかめ ぎゅうにく てんぷら いわし みそ (だし: いりこ)	にんじん たまねぎ かぼちや れんこん	589	24.4
20	もく	しょくパン		ミネストローネ スコッチエッグ りんごジャム	パン マカロニ じゃがいもパンこ ジャム	ぎゅうにゅう ベーコン ぎゅうにく ぶたにく たまご	たまねぎ キャベツ にんじん トマト にんにく	613	22.5
21	きん	むぎごはん		ジャージャンどうふ やきはるまき (2こ)	こめ むぎ さとう ごまあぶら でんぶん こむぎこ はるさめ	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ あかみそ	にんじん たまねぎ たけのこ にんにく しょうが ねぎ キャベツ	703	27.9
24	げつ	むぎごはん		ハヤシライス フルーツあえ	こめ むぎ じゃがいも パターカクテルゼリー やさいゼリー	ぎゅうにゅう ぎゅうにく スキムミルク チーズ	にんじん マッシュルーム たまねぎ にんにく トマト みかん もも パイン りんご	672	20.7
25	か	こめこいりかぼちやパン		ポークビーンズ つくねだんご (2こ)	パン さとう じゃがいもパンこ あぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず とりにく	たまねぎ にんじん しめじ トマト えだまめ	672	30.8
26	すい	むぎごはん		すきやきふうにしおさば	こめ むぎ こんにやく さとう マロニー	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ さば	キャベツ にんじん たまねぎ なす ねぎ	654	33.1
27	もく	ミルクパン		カレーうどん グリーンサラダーしょくミックスナッツ	パン さとう うどん ドレッシングアーモンド まつのみ ごま かぼちやのたね ひまわりのたね	ぎゅうにゅう ぶたにく てんぷら こんぶ だいず いりこ (だし: かつおぶし)	たまねぎ もやし しめじ にんにく にんじん ねぎ ブロッコリー きゅうり しょうが キャベツ とうもろこし	613	25.9
えがおさくランチ									
28	きん	むぎごはん		とうふのみそしる コロナにまけんばいばりきどん れいとうみかん	こめ むぎ じゃがいも こんにやく さとう	ぎゅうにゅう ばにく あぶらあげ とうふ わかめ みそ ちくわ (だし: いりこ)	にんじん たまねぎ なす ねぎ れんこん しょうが みかん	581	22.8
31	げつ	むぎごはん		ごもくじる たまごやき 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	ぎゅうにゅう とりにく ちくわ ひじき てんぷら あぶらあげ だいず あつあげ たまご (だし: いりこ)	ごぼう しいたけ ねぎ にんじん えだまめ	608	24.6

※献立は、都合により変更することがあります。

## 宇土市の子どもたちに 元気と笑顔を!

## 8月の給食に馬肉が登場します!



熊本県は馬肉の生産量、消費量ともに全国第一位です。郷土料理として「馬刺し」が有名です。馬肉は「さくら肉」とも呼ばれます。

馬肉には成長期に必要なたんぱく質、鉄、ビタミンB群などが豊富に含まれています。



林田社長様のあいさつ  
「自分が周りの人に何かできることがないか考えられる大人になってほしい。子どもたちに喜んでもらえらううれしい。」

8月28日の献立  
☆☆ 笑顔さくランチ ☆☆

麦ごはん 牛乳  
『コロナに負けんばい馬力丼』  
豆腐のみそ汁 冷凍みかん

## 桜屋さんより馬肉100kg贈呈

6月19日(金)宇土市役所にて贈呈式が行われました。  
桜屋さんから、学校給食用に馬肉100kgの目録をいただきました。

(写真左から(有)桜屋 野村部長様・林田社長様/元松市長・谷崎副市長・太田教育長)



馬肉パワーで  
頑張ろう!



