



R2

6がつ こんだてひょう

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	あか	みどり	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
ふるさとくまさんデー									
1	げつ	むぎごはん		じゃがいものみそしる てりやきチキン そくせきづけ	こめ むぎ じゃがいも	ぎゅうにゅう あぶらあげ とりにく とうふ わかめ みそ (だし: いりこ)	にんじん たまねぎ だいこんづけ キャベツ	555	20.7
2	か	むぎごはん		うまに ツナサラダ	こめ むぎ さとう でんぷん じゃがいも さといも こんにゃく	ぎゅうにゅう とりにく ぎゅうにゅう あつあげ ツナ	にんじん たまねぎ いんげん キャベツ きゅうり ごぼう れんこん	631	24.7
3	すい	むぎごはん		わかめスープ やきにくソテー 1しよくこくとうだいず	こめ むぎ ごま さとう くろさとう こんにゃく	ぎゅうにゅう わかめ とうふ ぶたにく だいず 赤みそ	にんじん たまねぎ たけのこ キャベツ ピーマン りんご にんにく しょうが	584	23.5
4	もく	ナン		キーマカレー フルーツあえ	ナン じゃがいも やさいぜリー カクテルゼリー	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず チーズ	にんじん たまねぎ りんご トマト みかん もも パイン にんにく しょうが	632	25.4
5	きん	むぎごはん		はるさめとくんだんごスープ シューマイ 2コ	こめ むぎ はるさめ こむぎこ ごまあぶら パンこ	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく ふりかけ	たけのこ キャベツ たまねぎ にんじん ねぎ きくらげ	644	24.9
まごわやさしい和食の日									
8	げつ	むぎごはん		とりじる いわししょうがに ひじきのために	こめ むぎ さとう じゃがいも こんにゃく ごま	ぎゅうにゅう とうふ とりにく あぶらあげ いわし だいず ひじき みそ てんぷら (だし: いりこ)	にんじん ねぎ ごぼう ほししいたけ えだまめ しょうが	618	26.0
9	か	ミルクパン		ポークビーンズ アスパラサラダ	パン さとう じゃがいも ドレッシング	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず	たまねぎ にんじん えだまめ マッシュルーム キャベツ トマト アスパラガス とうもろこし きゅうり	636	27.6
10	すい	むぎごはん		ごもくじる つくねだんご 2コ ごまあえ	こめ むぎ ごま パンこ じゃがいも ごま でんぷん こんにゃく ねりごま さとう	ぎゅうにゅう ちくわ とりにく あつあげ (だし: いりこ)	ごぼう ほししいたけ にんじん ねぎ もやし きゅうり たまねぎ	599	24.2
11	もく	ココアパン		コンソメスープ トマトのオムレツ コールスローサラダ	パン じゃがいも ドレッシング ノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう ベーコン チキンハム たまご	キャベツ たまねぎ きゅうり にんじん とうもろこし トマト	610	23.7
12	きん	むぎごはん		マーボーとうふ パンパンジーサラダ	こめ むぎ さとう ごまあぶら ごま でんぷん ねりごま	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず とうふ とりにく あかみそ	にんじん たまねぎ たけのこ ねぎ きゅうり キャベツ にんにく しょうが	591	26.2
15	げつ	むぎごはん		おやこに はるさめのすのもの	こめ むぎ さとう じゃがいも はるさめ こんにゃく ごま	ぎゅうにゅう わかめ とりにく ちくわ たまご あつあげ	にんじん たまねぎ いんげん きゅうり もやし	577	22.4
16	か	コッペパンカット		コーンクリームスープ スティックドッグ ばんかんゼリー	パン パンこ じゃがいも しろいんげんまめ ゼリー	ぎゅうにゅう 生クリーム チーズ ベーコン ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく	にんじん たまねぎ とうもろこし	739	27.6
17	すい	むぎごはん		しらたまだんごじる メンチカツ 1しよくこうなごつくだに	こめ むぎ あぶら しらたまだんご さとう パンこ	ぎゅうにゅう かまぼこ とりにく ぶたにく こうなごつくだに (だし: いりこ)	にんじん たけのこ えだまめ えのきたけ たまねぎ ねぎ キャベツ とうもろこし	643	22.3
18	もく	しよくパン		にくうどん かみかみあえ いちごジャム	パン さとう うどんめん ごま ジャム	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう さきいか あぶらあげ (だし: こんぶ・かつおぶし)	たまねぎ にんじん ねぎ きゅうり せんざりだいこん	614	25.2
19	きん	むぎごはん		とうにゅうみそしる さかなのちゅうかあんかけ ふりかけ	こめ むぎ あぶら さとう じゃがいも ごまあぶら でんぷん	ぎゅうにゅう あつあげ わかめ とうにゅう ホキ みそ (だし: いりこ) ふりかけ	にんじん たまねぎ ねぎ えのきたけ	597	25.4
22	げつ	むぎごはん		ビーフじる ぶたキムチ	こめ むぎ ごまあぶら ビーフン	ぎゅうにゅう かまぼこ ぶたにく	にんじん たまねぎ しょうが もやし ねぎ キャベツ はくさいキムチ	569	23.6
23	か	ミルクパン		キャベツのスープ うまかコロケ	パン じゃがいも あぶら パンこ こむぎこ	ぎゅうにゅう カクテルウィンナー ばにく	キャベツ たまねぎ にんじん とうもろこし	706	24.0
24	すい	むぎごはん		あつあげのみそしる セルフとりそぼろどん	こめ むぎ さとう	ぎゅうにゅう あつあげ とりにく みそ (だし: いりこ)	たまねぎ キャベツ えのきたけ にんじん ねぎ ごぼう えだまめ とうもろこし しょうが	596	25.5
25	もく	コッペパンカット		ミネストローネ ウィンナー ジャーマンポテト	パン しろいんげんまめ マカロニ じゃがいも オリーブあぶら	ぎゅうにゅう ウィンナー ベーコン	キャベツ たまねぎ にんじん トマト にんにく パセリ	676	24.3
26	きん	むぎごはん		カレー かぼちゃひきにくフライ 1しよくパイナップル	こめ むぎ あぶら さとう じゃがいも パンこ こむぎこ でんぷん	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ	にんじん たまねぎ トマト りんご パイン かぼちゃ にんにく しょうが	730	21.0
29	げつ	むぎごはん		すきやきふうに ホキてんたまあげ	こめ むぎ しらたき さとう あぶら こむぎこ でんぷん つきこんにゃく	ぎゅうにゅう あつあげ ぶたにく ホキ	キャベツ にんじん たまねぎ ねぎ ほししいたけ	678	27.2
30	か	しよくパン		スパゲティナポリタン ナッツサラダ りんごジャム	パン スパゲティ さとう カシューナッツ ジャム	ぎゅうにゅう ぶたにく ベーコン チキンハム	マッシュルーム ピーマン にんじん たまねぎ キャベツ きゅうり にんにく トマト	690	25.1

ふるさとくまさんデー

今月の野菜は、じゃがいもです。

毎年この時期は、熊本県産のじゃがいもを使用しています。  
春のじゃがいもは2月頃から植え付けられ、梅雨に入る前に  
収穫をします。皮が薄く水分が多く柔いのが特徴です。



※献立は都合により変更する場合があります。



