

2024年

こんだてひょう



献立表



宇佐市立南部学校給食センター

日	主食	牛乳	おかず	赤の仲間	黄の仲間	緑の仲間
				おもに体をつくるものになる食べ物	おもに体のエネルギーになる食べ物	おもに体の調子をととのえる食べ物
1水	ごはん	○	麻婆豆腐 もやし中華和え	牛乳, 木綿豆腐, 豚肉, 大豆ミート, みそ, ハム	ごはん, サラダ油, 片栗粉, ごま油, 砂糖, ごま	玉ねぎ, にんじん, しょうが, にら, 干しいたけ, もやし, きゅうり
2木	ごはん	○	五月汁 チキン南蛮 キャベツのマヨ和え	牛乳, 厚揚げ, 木綿豆腐, わかめ, みそ, 鶏肉	ごはん, 小麦粉, 油, 砂糖, ノンエッグマヨネーズ	たけのこ, えのき, にんじん, 小ねぎ, しょうが, キャベツ, きゅうり, コーン
7火	ごはん	○	手作りカレー コールスローサラダ	牛乳, 豚肉, スキムミルク, 粉チーズ, ハム	ごはん, サラダ油, じゃがいも, 小麦粉, ノンエッグマヨネーズ, 無塩バター	玉ねぎ, にんじん, にんにく, りんご, ピューレ, キャベツ, コーン
8水	ごはん	○	中華春雨スープ ぎょうざ(2)	牛乳, 鶏肉, 餃子	ごはん, 春雨, 砂糖	にんじん, 玉ねぎ, 小ねぎ, きくらげ, かぼす果汁
9木	ごはん	○	鶏ごぼう汁 ニラ豚炒め	牛乳, 鶏肉, 木綿豆腐, 豚肉	ごはん, 砂糖, ごま油, サラダ油	ごぼう, にんじん, こんにゃく, 小ねぎ, 玉ねぎ, キャベツ, にら
10金	ごはん	○	若竹汁 鶏の照り焼き ほうれん草のごま和え	牛乳, 木綿豆腐, わかめ, 鶏肉	ごはん, ごま油, ごま, 砂糖	にんじん, たけのこ, えのき, 小ねぎ, ほうれん草, もやし
13月	ごはん	○	いりどり もやしのおかか和え 納豆みそ	牛乳, 鶏肉, さつまいも揚げ, かつお節, 納豆, 豚肉, みそ	ごはん, 砂糖, じゃがいも, サラダ油	しょうが, にんじん, ごぼう, さやいんげん, こんにゃく, 干しいたけ, こまつな, もやし
14火	ごはん	○	ピリ辛みそ汁 トリニータ丼	牛乳, 木綿豆腐, みそ, 鶏肉	ごはん, 小麦粉, 片栗粉, 油, 三温糖, ごま油	玉ねぎ, えのき, にんじん, ほうれん草, にら
15水	コッパン	○	ポークビーンズ ごぼうサラダ 手作りりんごジャム	牛乳, 豚肉, ベーコン, 大豆, ハム	コッパン, じゃがいも, 黒砂糖, サラダ油, 砂糖, ごま, ノンエッグマヨネーズ, 上白糖	玉ねぎ, にんじん, トマト缶, ごぼう, コーン, きゅうり, りんご, レモン果汁
16木	ごはん	○	ジュリアンヌスープ 豆腐バーグ ブロッコリーソテー	牛乳, ベーコン, 豆腐ハンバーグ, ウインナー	ごはん, サラダ油, 砂糖, 片栗粉	ほうれん草, 玉ねぎ, にんじん, えのき, りんごジュース, ブロッコリー, コーン
17金	グリーンピースごはん	○	インド煮 小松菜のカルシウム和え	牛乳, 豚肉, 厚揚げ, チーズ, ちりめん	ごはん, じゃがいも, 砂糖, サラダ油, ごま	グリーンピース, にんじん, 玉ねぎ, さやいんげん, こまつな, もやし
20月	ふるさと給食 ごはん	○	なめこ汁 ちくわの新緑天ぷら キャベツのごま和え	牛乳, 木綿豆腐, みそ, 焼き竹輪	ごはん, 小麦粉, 油, ごま, 砂糖	なめこ, 玉ねぎ, にんじん, ほうれん草, 白ネギ, キャベツ, 粉茶
21火	ごはん	○	八宝菜 しゅうまい(2)かぼすソース	牛乳, 豚肉, イカ, かまぼこ, しゅうまい	ごはん, サラダ油, 片栗粉, ごま油, 砂糖	キャベツ, にんじん, 玉ねぎ, しょうが, 小ねぎ, ヤングコーン, きくらげ, たけのこ, にんにく, かぼす果汁
22水	まあるいパン	○	ナポリタンスパゲッティ フレンチサラダ	牛乳, ベーコン, ウインナー	まあるいパン, スパゲッティ, オリーブ油, フレンチドレッシング	にんじん, 玉ねぎ, ピーマン, マッシュルーム, キャベツ, コーン
23木	かみかみ給食 豚ごぼうごはん	○	すまし汁 イカと海藻のサラダ	牛乳, 豚肉, 油揚げ, 木綿豆腐, わかめ, かまぼこ, 海藻サラダ, イカ	ごはん, 砂糖, ごま, サラダ油	ごぼう, さやいんげん, にんじん, 玉ねぎ, 小ねぎ, キャベツ, コーン
24金	ごはん	○	じゃがいものみそ汁 甘辛チキン 三色和え	牛乳, 油揚げ, みそ, 鶏肉	ごはん, じゃがいも, 砂糖, ごま, 練りごま, サラダ油	干しいたけ, にんじん, 小ねぎ, こまつな, もやし
27月	ごはん	○	ちゃんぽん 華風和え	牛乳, 豚肉, イカ, かまぼこ	ごはん, ちゃんぽん麺, サラダ油, ごま油, 砂糖, ごま	もやし, キャベツ, 玉ねぎ, にんじん, きくらげ, 小ねぎ, コーン, ほうれん草, きゅうり
28火	ごはん	○	筑前煮 ビーフの肉じゃがコロック ごちそうさん昆布	牛乳, 鶏肉, 厚揚げ, 昆布, コロック(牛肉)	ごはん, じゃがいも, ごま油, 砂糖, 油, コロック(じゃがいも, パン粉)	たけのこ, こんにゃく, にんじん, ごぼう, だいこん, 干しいたけ, さやいんげん, コロック(玉ねぎ)
29水	ナン	○	ベーコンスープ スパイシー炒め 手作りバインゼリー	牛乳, ベーコン, 豚肉, 大豆ミート	ナン, じゃがいも, サラダ油, パインジュース	にんじん, 玉ねぎ, パセリ
30木	ごはん	○	汁ビーフン サバのソース煮 そら豆のソテー	牛乳, 豚肉, イカ, サバ	ごはん, ビーフン, サラダ油, 砂糖	キャベツ, もやし, にんじん, 小ねぎ, しょうが, そらまめ
31金	ごはん	○	ポークカレー ヨーグルト和え	牛乳, 豚肉, ヨーグルト	ごはん, サラダ油, じゃがいも, 上白糖	にんにく, 玉ねぎ, にんじん, りんご, ピューレ, みかん, 黄桃, パイン, ナタデココ