

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	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火	ごはん	○	家常豆腐 もやしの中華和え	牛乳,厚揚げ,豚肉,大豆 ミート,みそ	ごはん,サラダ油,砂糖, 片栗粉,ごま油,ごま	にんじん,玉ねぎ,にら,干しいたけ, もやし,ほうれん草
2水	まあいパン	○	ミネストローネ てりやきパティ コールスローサラダ	牛乳,ウインナー,ベーコン, てりやきパティ	まあいパン,マカロニ, オリーブ油,ノンエッグマヨネーズ	にんじん,玉ねぎ,キャベツ,トマト 缶,セロリ,にんにく,コーン
3木	ごはん	○	具だくさんの味噌汁 豚の生姜焼き	牛乳,油揚げ,木綿豆腐, みそ,豚肉	ごはん,砂糖,サラダ油	もやし,玉ねぎ,にんじん,小ねぎ
4金	ごはん	○	おでん 大学いも	牛乳,鶏肉,焼き竹輪,厚揚げ	ごはん,さといも,さつまいも, 油,ごま	こんにゃく,だいこん,にんじん
7月	ごはん	○	中華春雨スープ きょうざ(2) ピリ辛きゅうり	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, ゆず果汁,きゅうり
8火	ごはん	○	なめこ汁 スタミナ焼肉	牛乳,木綿豆腐,みそ,豚肉	ごはん,ごま,ごま油,砂糖, 片栗粉	なめこ,玉ねぎ,にんじん,ほうれん草, 小ねぎ,もやし,白ネギ,にら
9水	目の愛護デー給食 コッパパン	○	ポークビーンズ マカロニサラダ ブルーベリージャム	牛乳,豚肉,ベーコン,大豆, ハム	コッパパン,じゃがいも,黒糖,サラダ油, マカロニ,ノンエッグマヨネーズ,ブルーベリージャム	玉ねぎ,にんじん,トマト,きゅうり, コーン
10木	キムタクごはん	○	わかめスープ バンサンスー	牛乳,豚肉,ベーコン,わかめ	ごはん,砂糖,サラダ油, ごま油,ごま,春雨	キムチ漬け,たくあん,小ねぎ,えのき, にんじん,玉ねぎ,もやし,きゅうり
11金	野菜たっぷり給食 少なめごはん	○	やさしましましちゃんぽん たくあんあえ	牛乳,かまぼこ,豚肉,かつお節	ごはん,ちゃんぽん麺,ごま油,ごま	きくらげ,もやし,玉ねぎ,にんじん, キャベツ,コーン,たくあん,だいこん, きゅうり
15火	ごはん	○	おじゃがもちスープ 焼きビーフン 手作りふりかけ	牛乳,豚肉,イカ,ちりめん,昆布,かつお節	ごはん,おじゃがもち,ごま油, ビーフン,サラダ油,ごま,砂糖	もやし,にんじん,小ねぎ,玉ねぎ, キャベツ
16水	かみかみ給食 まあいパン	○	コンソメスープ メンチカツ ごぼうサラダ	牛乳,鶏肉,メンチカツ,ハム	まあいパン,サラダ油,油,砂糖, ごま,ノンエッグマヨネーズ	玉ねぎ,にんじん,ごぼう,コーン, きゅうり
17木	ごはん	○	チキンカレー フレンチサラダ	牛乳,鶏肉	ごはん,サラダ油,じゃがいも, フレンチドレッシング	玉ねぎ,にんじん,りんごピューレ, キャベツ,コーン
18金	ふるさと給食 少なめ菜飯	○	なかよしうどん クロダマルの枝豆	牛乳,鶏肉,かまぼこ,油揚げ	ごはん,うどん	にんじん,小ねぎ,干しいたけ,枝豆
21月	ふるさと給食 ごはん	○	いりどり おかか和え 豚みそ	牛乳,鶏肉,さつま揚げ,かつお節, 豚肉,みそ	ごはん,砂糖,じゃがいも,サラダ油, 砂糖,アーモンド,ごま	にんじん,ごぼう,さやいんげん, こんにゃく,干しいたけ,ほうれん草, もやし,にら
22火	ごはん	○	厚揚げのキムチ煮 中華海藻サラダ	牛乳,厚揚げ,豚肉,海藻サラダ	ごはん,砂糖,片栗粉,ごま油	にんじん,玉ねぎ,もやし,にら, キムチ漬け,キャベツ,きゅうり,コーン
23水	コッパパン	○	ミートスパゲッティ コロコロソーテ	牛乳,豚肉,ハム	コッパパン,スパゲッティ, サラダ油	にんじん,玉ねぎ,グリーンピース, マッシュルーム,トマト缶,コーン, えだまめ
24木	ごはん	○	すまし汁 鶏のごま焼き 三色和え	牛乳,木綿豆腐,わかめ,かまぼこ, 鶏肉	ごはん,ごま,砂糖,練りごま, サラダ油	にんじん,玉ねぎ,小ねぎ,こまつな, もやし
25金	ごはん	○	ワンタンスープ ヤンニョムチキン	牛乳,鶏肉	ごはん,ワンタン,ごま油, サラダ油,片栗粉,油,砂糖,ごま	チンゲン菜,にんじん,玉ねぎ,小ねぎ
28月	ごはん	○	わかめの味噌汁 サバの照焼 いんげんのごま和え	牛乳,わかめ,木綿豆腐,みそ, サバ	ごはん,砂糖,ノンエッグマヨネーズ, ごま	玉ねぎ,さやいんげん
29火	ごはん	○	タイピーエン もやしとほうれん草のナムル	牛乳,豚肉,イカ,かまぼこ	ごはん,春雨,ごま油,サラダ油, 砂糖	しょうが,玉ねぎ,にんじん,もやし, キャベツ,小ねぎ,ほうれん草
30水	まあいパン	○	カレーポトフ 野菜コロッケ キャベツのソーテ	牛乳,豚肉,チキンウインナー	まあいパン,さつまいも, コロッケ,油,サラダ油	にんじん,玉ねぎ,キャベツ,コーン
31木	ハロウィン給食 ごはん	○	ベジタブルスープ たつぷりきのソースのハンバーグ 手作りかぼちゃプリン	牛乳,鶏肉,ハンバーグ	ごはん,サラダ油,小麦粉, 生クリーム	玉ねぎ,にんじん,ほうれん草, キャベツ,えだまめ,しめじ, マッシュルーム,かぼちゃ