2がつ　こんだてひょう

九重町学校給食センター

		献　立　名	体を作る	熱や力になる	体の調子を整える
1　金		ごはん(少)　**カレーうどん** **茎わかめの炒め煮**	牛乳　とりにく　ぶたにく くきわかめ　あぶらあげ	ごはん　うどん　あぶら さとう	にんじん　たまねぎ　ねぎ こんにゃく　いんげん
4　月		ごはん　チンゲンサイのスープ 五目豆　**ホキフライ**	牛乳　ホキ　ハム　えび だいず　こんぶ	ごはん　あぶら　さとう パンこ	たまねぎ　はくさい　ごぼう ちんげんさい　こんにゃく れんこん　にんじん
5　火		ごはん　しめじスープ **煮込みハンバーグ　ポテトのチーズ煮**	牛乳　ハンバーグ　ベーコン チーズ　うおそうめん とうふ	ごはん　あぶら　じゃがいも さとう	たまねぎ　にんじん　いんげん コーン　パセリ　しめじ しいたけ　こまつな
6　水		麦ごはん　**豚肉の生姜焼き** 根菜のごま汁	牛乳　ぶたにく　あぶらあげ みそ	むぎごはん　あぶら　さといも ごま	たまねぎ　しょうが　ごぼう れんこん　にんじん　だいこん ねぎ
7　木		**とりめし　ちくわの磯辺あげ** かきたま汁	牛乳　とりにく　ちくわ たまご　わかめ　かまぼこ あおのり	ごはん　あぶら　こむぎこ さとう　でんぷん	ごぼう　にんじん　しいたけ ほうれんそう　えのき　ねぎ はくさい
8　金		ごはん　**キムチ鍋** **ぎょうざ**　たれ　**デザート**	牛乳　ぶたにく　とうふ ぎょうざ　みそ	ごはん　さとう　ごまあぶら マロニー	えのきたけ　にんじん はくさい　チンゲンサイ
11　月		建国記念の日			
12　火		ごはん　野菜と厚揚げの煮物 **オムレツ**　ビーフンスープ	牛乳　ぶたにく　あつあげ みそ　オムレツ　かまぼこ	ごはん　さとう　あぶら ビーフン　でんぷん	たまねぎ　かぼちゃ　ピーマン きゃべつ　しめじ　しいたけ にんじん　ほうれんそう　ねぎ
13　水		ごはん　じゃがいものそぼろ煮 ブロッコリーの中華和え	牛乳　ぶたにく　しらすぼし	ごはん　じゃがいも　さとう あぶら　ごま　でんぷん ドレッシング	にんじん　たまねぎ　しょうが ブロッコリー　カリフラワー コーン　グリーンピース
14　木		ごはん　**カツカレー** **フルーツゼリー**	牛乳　カツ　ぶたにく スキムミルク	ごはん　じゃがいも　あぶら	たまねぎ　にんじん　みかん おうとう　パイン　グリーンピース
15　金		ごはん　小松菜とコーンのスープ **切り干し大根の煮物　さばのみそ煮**	牛乳　とりにく　あぶらあげ さば　ちくわ　みそ	ごはん　さとう　あぶら	たまねぎ　こまつな　えのきたけ コーン　きりぼしだいこん こんにゃく　にんじん　いんげん
18　月		ごはん　親子丼 ほうれんそうの和え物	牛乳　とりにく　かまぼこ たまご　シーチキン	ごはん　さとう　ごま	たまねぎ　にんじん　ねぎ ほうれんそう　きゃべつ
19　火		麦ごはん　**八宝菜** **シューマイ**　たれ	牛乳　ぶたにく　いか　えび うずらたまご　シューマイ	むぎごはん　あぶら　でんぷん	たまねぎ　にんじん　きゃべつ たけのこ　もやし　きぬさや
20　水		**キムチチャーハン　かぼちゃサラダ** ラビオリいりスープ	牛乳　ぶたにく　ハム	ごはん　ごま　あぶら マヨネーズ　アーモンド こむぎこ	はくさい　ピーマン　かぼちゃ きゅうり　にら　にんじん
21　木		**揚げパン　ボルシチ** ほうれんそうのソテー	牛乳　ミートボール きなこ　ベーコン	パン　あぶら　さとう じゃがいも　バター マーガリン	たまねぎ　きゃべつ　にんじん ほうれんそう　コーン　ビーツ
22　金		ごはん　さつま汁 **炒合菜**	牛乳　とりにく　あぶらあげ とうふ　みそ　ぶたにく いか　ちくわ	ごはん　あぶら　さつまいも はるさめ	ごぼう　たまねぎ　だいこん にんじん　ねぎ　きゃべつ もやし　チンゲンサイ
25　月		ごはん　スープ **スコッチエッグ**　五目きんぴら	牛乳　とりにく　たまご ぎゅうにく　ぶたにく ベーコン	ごはん　さとう　あぶら	ごぼう　こんにゃく　にんじん たまねぎ　きゃべつ　しいたけ
26　火		**ツナカレーピラフ　クリームシチュー** コールスローサラダ	牛乳　シーチキン　ぶたにく じゃがいも　とうにゅう　ハム	ごはん　バター ドレッシング	にんじん　たまねぎ　コーン ブロッコリー　きゃべつ きゅうり
27　水		麦ごはん　じゃがもちいりスープ **鶏肉の照り煮**	牛乳　とりにく　かまぼこ うずらたまご	むぎごはん　でんぷん ごま　じゃがもち　はるさめ	にんじん　たまねぎ　こまつな ねぎ
28　木		ごはん　**ハヤシライス** 和風サラダ	牛乳　ぎゅうにく　わかめ しらすぼし　なまクリーム	ごはん　じゃがいも　バター ドレッシング	たまねぎ　にんじん　きゃべつ

＊都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。