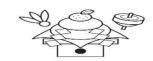
令和 5 年 1 月 学校給食献立表 東脊振中学校



吉野ヶ里町教育委員会

日	献立名	牛乳	***のなかま 赤の仲間 ***にくになる 血や肉になる	きのなかま 黄の仲間 ねっゃちからのもとになる 熱や力の元になる	みどりのなかま 緑の仲間 からだのちょうしをととのえる 体の調子を整える	調味料	エネルギー kcal
11 水	ごはん			*			872
	かにしゅうまい		かに風味しゅうまい				
	カレー		合びき肉	じゃがいも	にんじん, たまねぎ, トマトピューレ	カレールウ, コンソメ	
	かぶサラダ		ハム	コールスロードレッシング	かぶ, コーン, きゅうり		
	ムース			ムース			
12 木	炊き込みごはん		鶏肉,油あげ	米, さとう	ごぼう, にんじん	しょうゆ,だし	785
	肉団子のたれからめ		野菜肉団子	さとう, あぶら, かたくり粉		しょうゆ,さけ	
	団子入り七草風汁		とり肉,油あげ,かまぼこ,煮干し	白玉	にんじん,だいこん葉,こまつな	しょうゆ,みりん,だし	
	紅白なます			さとう	だいこん, にんじん	す,しお	
13 金	ごはん			*			763
	チキンステーキジャポネソー ス		とり肉	さとう, かたくり粉	だいこん,たまねぎ	しお, しょうゆ, だし	
	ミネストローネ		ウィンナー, ビーンズミックス, だ いず	じゃがいも	にんじん, いんげん, たまねぎ, トマト ピューレ, トマト, にんにく	コンソメ	
	里芋とれんこんのサラダ		ツナ	里芋, マヨネーズ	れんこん, 枝豆		
16 月	ごはん			*			790
	野菜コロッケ			あぶら 野菜コロッケ (じゃがい も)			
	かぶのみそ汁		油あげ,煮干し,みそ	里芋	かぶ,こまつな		
	ひじき煮		ひじき, だいず, ちくわ	さとう	にんじん,れんこん,いんげん	しょうゆ,みりん,だし	
	さがみかん				みかん		
17 火		0		*			848
	魚の磯てんぷら		さわら, あおのり	てんぷら粉, あぶら		塩	
	豆乳鍋		みつぜ鶏団子, 豆乳, みそ	あぶら	にんじん,はくさい,チンゲンサイ,たまねぎ,えのきたけ,ねぎ	だし	
	切干大根サラダ		鶏肉	ごまドレッシング	きりぼしだいこん,きゅうり,にんじん		
18 水	 ごはん			*			792
	ハンバーグデミソース		ハンバーグ		たまねぎ,マッシュルーム	デミグラスソース	
	コンソメスープ		ベーコン		だいこん, れんこん, にんじん, たまねぎ, し	コンソメ, しお	
	ちりめんきゃべつ炒め		しらす,ちくわ		めじ, 枝豆 キャベツ, たまねぎ, にんじん	しお,こしょう,しょうゆ	
19 木	ごはん	0		米			785
			鶏の梅しそ巻	あぶら			
	肉大根		ぶた肉,だいず	こんにゃく,さとう	だいこん, ごぼう, にんじん, いんげん	だし,こしょうゆ	
	 		白和えの素,みそ、豆腐	さとう	ほうれんそう,れんこん,しめじ		
	43 74 07 0 章 07 0 1 4 1 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2		のり				
20 金	有切外刊の毎日 			米			875
	ポークチャップ		ぶた肉	さとう, かたくり粉	たまねぎ	ケチャップ,コンソメ	
			とり肉, 牛乳		コーン, はくさい, にんじん, たまねぎ, ブ	コンソメ,シチュールウ	
	白菜のクリーム煮			マヨネーズ	ロッコリー かぼちゃ, たまねぎ, にんじん, きゅうり		
23 月	パンプキンサラダ			*			887
	ごはん		オムレツ(卵)		トマトピューレ, たまねぎ	ケチャップ,コンソメ	
	オムレツのトマトソース		大豆団子		たけのこ, たまねぎ, ピーマン, にんじん	しょうゆ, す, ガラスープ	
	団子の酢豚煮		こんぶ, さつま揚げ	り粉 こんにゃく,さとう	にんじん、こまつな	しょうゆ,だし	
	切昆布煮		,	パン	,	//	0.50
	食パン		フライドフィッシュ(魚)	あぶら			850
24 火	フライドフッシュ		合びき肉	マカロニ	たまねぎ, にんじん, マッシュルーム, トマ	ケチャップ コンソメ	
八	ミートペンネ		かにかま	マヨネーズ	トピューレ, にんにく キャベツ, コーン, にんじん		
	コールスローサラダ		N 12 N 6		,, ,, ,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,		