

# 令和8年2月 きゅうしょくこんだてひょう(変更後)

多良木町学校給食センター

日	曜日	主食	牛乳	おかず	おもなざりょう			えいようりょう		ひとくちメモ
					あか ちやにくやほねになる	きいろ ねつやちからになる	みどり からだのちようしきとどのえる	エネルギー (kcal)	たんぱく しつ(%)	
9	月	小 ミニ食パン 中 コッペパン 黒肥地小・柳野分校中止		マーボー豆腐 もやしのあえもの シューマイ	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく だいず ハム シューマイ	パン あぶら でんぷん さとう	しょうが たまねぎ にんじん たけのこ しいたけ ねぎ もやし きくらげ きゅうり	小 612 中 31.5	732 37.0	<p>今月は、9年間の学校給食が最後となる多良木中学校3年生のみなさんに、もう1度給食に出してほしいメニューのアンケートをとりました。</p> <p>その中で多かったものを取り入れました。(リクエスト給食には★印がついています。)</p>
10	火	ゆかりごはん		みそちゃんこ トマトとこんにやくのサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく ちくわ あつあげ わかめ ツナ かつおぶし	こめ あぶら こんにやく	しょうが はくさい あかしそ しめじ にんじん たけのこ きくらげ もやし ねぎ トマト きゅうり レタス	小 505 中 17.9	671 21.4	
12	木	バターロールパン		★コンソメスープ だいこんサラダ ★だいがくいも	ぎゅうにゅう ベーコン	パン じゃがいも さつまいも みずあめ あぶら さとう	たまねぎ にんじん だいこん きゅうり きくらげ コーン	小 652 中 19.8	832 24.6	
13	金	★パンパン		チリコンカン コールスローサラダ	ぎゅうにゅう だいず ぶたにく	パン さとう あぶら じゃがいも	パイン たまねぎ しめじ にんじん グリンピース トマト キャベツ きゅうり コーン	小 556 中 23.4	832 24.6	<p>12日(木) バターロールパンと 18日(水) メロンパンは 1~4年生 1個 5・6年生 2個 中学生~ 2個 ずつです。</p>
16	月	しろごはん		★とんじる さばのしおやき	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ さば	こめ さといも こんにやく さとう	しょうが たまねぎ にんじん ごぼう ねぎ こまつな もやし	小 566 中 29.0	717 34.1	
17	火	ピタパン		わかめスープ ★ポテトサラダ にくだんご	とりにく ぎゅうにゅう とうふ ハム わかめ にくだんご(とりにく・ぶたにく)	ごま ごまあぶら じゃがいも マヨネーズ さとう	たまねぎ えだまめ ねぎ にんじん きゅうり レモン	小 504 中 24.6	640 27.5	
18	水	メロンパン		ラビオリスープ キャベツのサラダ	ぎゅうにゅう ベーコン ツナ ラビオリ(とりにく・ぶたにく)	パン さとう あぶら ラビオリのかわ(こむぎこ)	にんじん たまねぎ しめじ ほうれんそう パセリ コーン アスパラガス キャベツ	小 654 中 20.3	697 24.7	
19	木	ナン		★ポークカレー ★フルーツポンチ	ぎゅうにゅう ぶたにく ひよこまめ	パン じゃがいも あぶら カレールー ゼリー ナタデココ	にんじん たまねぎ グリンピース パイン もも みかん にんにく	小 622 中 21.0	779 23.6	<p>17日(火) ピタパン パンの中にすきまがあります。そこに好きな物をはさんでいただきます。</p>
20	金	こくとうパン		★ミネストローネ あげじゃがサラダ	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン	パン さとう くろぎとう じゃがいも マカロニ あぶら	たまねぎ セロリ トマト キャベツ きゅうり にんじん えだまめ パセリ	小 594 中 20.9	706 23.8	
24	火	ひのくにパン		だいこんのみそしる ★とりにくのからあげ ココアビーンズ	ぎゅうにゅう あぶらあげ とうふ とりにく わかめ だいず	パン さといも でんぷん こむぎこ あぶら さとう	だいこん にんじん えのきたけ ねぎ しょうが	小 603 中 28.4	752 35.5	<p>19日(木) ふるさとくまさんデー 食育の日に合わせて県内でとれる旬の食材を紹介しています。今月は『にんじん』です。</p>
25	水	しろごはん		ちくぜんに いわしのしょうがに	ぎゅうにゅう とりにく さつまあげ いわし	こめ あぶら こんにやく じゃがいも さとう でんぷん	にんじん れんこん ごぼう しいたけ いんげん きゅうり しょうが	小 577 中 24.6	704 26.9	
26	木	さらうどん		さらうどんのぐ とりにくのしおこうじやき とうにゅうプリン	ぎゅうにゅう ぶたにく かまぼこ とうにゅう いか とりにく	さらうどん(こむぎこ あぶら) でんぷん ごまあぶら あぶら こめこうじ さとう みずあめ	たまねぎ にんじん キャベツ たけのこ きくらげ しょうが	小 575 中 27.3	723 32.2	
27	金	しょくパン		ポークビーンズ ブロッコリーのサラダ ヨーグルト・いちごジャム	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず ツナ ヨーグルト	パン さとう あぶら じゃがいも ジャム	たまねぎ にんじん しめじ トマト グリンピース ブロッコリー キャベツ ピーマン	小 691 中 25.8	823 30.5	

※材料の入荷、品質等により献立や食材を変更する場合があります。  
 ☆乳・卵不使用のベーコン・ハム・マヨネーズ・マーガリンを使用しています。  
 ☆調味料などの詳しい食材の内容は『食物アレルギー対応予定献立表』でご確認ください。