



# がつ 1月 こんだて 予定表



1/24~1/30は  
「全国学校給食週間」です

今年もよろしくお祈いします



\* 産山の食材を使います。(地産地消) お米と牛乳、しいたけも産山産です。 産山村学校給食センター

こんだて		ざいりよう			エネルギー(kcal) タンパク質(g)
		ねつやちから になる	ちやにくやほね になる	からだのちようしを ととのえる	
8 もく	コッペパン	パン	ぎゅうにゅう	たまねぎ キャベツ	573
	牛乳	さとう じゃがいも	ミートボール	しめじ にんじん	23.7
	ほうれん草オムレツ	あぶら	ぶたレバー	グリーンピース	757
	ミートボールのケチャップ煮		たまご		30.8
9 きん	わかめごはん	こめ ごま さとう	わかめ	れんこん ごぼう	699
	牛乳	さといも あぶら	ぎゅうにゅう	たけのこ にんじん	23.4
	がめ煮	こんにやく	とりにく あつあげ	しいたけ	864
	ミニぜんざい	もち	あずき	いんげん	28.2
12 げつ	成人の日				
13 か	ココアパン	パン こめこ	とりにく	キャベツ きゅうり	591
	牛乳	さとう オリーブゆ	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	22.2
	小松菜のピーナツサラダ	ピーナツ	チーズ	パセリ	768
	かぼちゃの米粉シチュー	バター あぶら	なまクリーム	かぼちゃ たまねぎ	28
14 すい	チキンカレー (ごはん)	こめ じゃがいも	ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん	719
	牛乳	はちみつ	チーズ とりにく	しょうが	24
	にんじんのハニーサラダ	オリーブゆ	ささみ	にんにく	894
			えだまめ	りんご パセリ	29.2
15 もく	米粉入りにんじんパン	パン ごま	ぎゅうにゅう	にんじん ごぼう コーン	618
	牛乳	さとう ねりごま	ひきにく	きゅうり ねぎ しょうが	23.6
	ごぼうサラダ	ごまあぶら		にんにく もやし	801
	タンタンめん	スパゲティ		きくらげ チンゲンサイ*	29.8
16 きん	むぎごはん	こめ むぎ ごま	ぎゅうにゅう	だいこん にんじん	655
	ぶりの照り焼き	さとう さといも	とりにく こんぶ	ごぼう こまつな	30.2
	紅白なます	すいとん	あぶらあげ	しいたけ	780
	すいとん汁	あぶら	かつおぶし		33.4

↑ 全国学校給食週間の産山学園特別メニュー ↑

19 げつ	文楽めし	ぎゅうにゅう	こめ さとう ごま	ぎゅうにゅう	ぜんまい ねぎ いんげん	649
	きびなごのカリカリフライ	「上益城」地区	あぶら さといも	きびなご とりにく	たけのこ にんじん	24.4
	れんこんツナサラダ		でんぷん	だいず ちくわ ツナ	れんこん きゅうり	834
	いちようば汁			かつおぶし こんぶ	コーン だいこん しいたけ	31.8
20 か	黒糖パン	うぶやま食材 ほうれんそう	パン	ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん	630
	牛乳		さとう くるごとう	ベーコン	ほうれんそう*	23.4
	ほうれん草グラタン		マカロニ バター	とりにく	パセリ しめじ	813
	オニオンスープ		あぶら	チーズ	たまねぎ	29.6
21 すい	むぎごはん		こめ むぎ あぶら	ホキ	たまねぎ たけのこ ねぎ	620
	牛乳		さとう でんぷん	ぎゅうにゅう	えのきたけ にんじん	25.5
	魚の甘酢あんかけ		こんにやく	ぶたにく あつあげ	ピーマン だいこん	764
	豚汁		じゃがいも	だしりりこ	ごぼう しいたけ しょうが	30.9
22 もく	かぼちゃコロッケバーガー		パン オリーブゆ	ハム	かぼちゃ	634
	牛乳		さとう あぶら	ぎゅうにゅう	キャベツ にんじん	19.6
	コールスローサラダ		マカロニ バター	チーズ	コーン たまねぎ	808
	ミネストローネ		じゃがいも	ベーコン	にんにく パセリ	23.9
23 きん	むぎごはん	ぎゅうにゅう	こめ むぎ あぶら	ぎゅうにゅう	キャベツ きゅうり	656
	牛乳		でんぷん	いわし	たまねぎ コーン	23.1
	いわしとお肉のハンバーグ			かにかま	にんじん ねぎ	783
	かにかまサラダ	うぶやま食材 チンゲンサイ		ベーコン たまご	チンゲンサイ*	26
26 げつ	セルフおにぎり (昆布)	ぎゅうにゅう	こめ ごま	ぎゅうにゅう	ねぎ きゅうり	574
	牛乳			さけ あぶらあげ	たくあん	26
	さけの塩焼き (小骨あり)			とうふ わかめ	だいこん	680
	つけものあえ	学校給食の始まり		のり だしりりこ	キャベツ	28.8
27 か	コッペパン (いちごジャム)	ぎゅうにゅう	パン こめこ	ぎゅうにゅう	いちご キャベツ	662
	牛乳	なつかしの給食	さとう あぶら	くじら ベーコン	にんじん たまねぎ	25.8
	くじらのメンチカツ			とりにく	ほうれんそう*	806
	キャベツのカレーソテー	うぶやま食材 ほうれんそう	バター	しろいんげんまめ	マッシュルーム	30.8
28 すい	ごはん	ぎゅうにゅう	こめ でんぷん	ぎゅうにゅう	にんにく にんじん	655
	牛乳	うぶやま食材 ほうれんそう	あぶら さとう	とりにく	かぶ もやし	24.2
	鶏のからあげ	人気メニュー	はくりきこ	だしりりこ	ほうれんそう*	879
	かぶの酢の物			あつあげ わかめ	たまねぎ ねぎ	34.4
29 もく	厚揚げともやしのみそ汁					
	ミルクパン	ぎゅうにゅう	パン ごま	ぎゅうにゅう	はくさい たまねぎ ねぎ	645
	牛乳	熊本県の郷土料理	さとう	ぶたにく	にんじん たけのこ しょうが	27.7
	タイピーエン (ゆでたまご)			たまご かまぼこ	きくらげ きゅうり にんにく	849
30 きん	きりぼしだいこん		はるさめ あぶら	サラダ さきいか	きりぼしだいこん キャベツ	37.2
	切干大根のかみかみするめあえ		ごまあぶら			
	うぶやま食材の日		こめ むぎ ごま	ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん なら	757
	産山牛肉のプルコギ		さとう ごまあぶら	ぎゅうにゅう	にんにく はくさい	28.5
	チゲなべ風スープ	うぶやま食材 チンゲンサイ	マロニー	ミートボール	キムチ しめじ	911
	うぶやま牧場のヨーグルト			ヨーグルト	チンゲンサイ*	33.9

献立・材料・実施の有無は都合により変更することがあります。ご了承ください。