



# 5月予定こんだて表

江別市立学校給食センター  
センター調理場 TEL 382-5188  
FAX 382-5800

◎牛乳は毎日の給食に出ます  
◎エネルギー基準値 小学校650kcal 中学校830kcal  
◎(小)は小学校、(中)は中学校

献立	食品			江別産 使用
	エネルギーになる 熱や力	体をつくる 筋肉・骨・歯・血など	体の調子を整える 病気にかり にくくするなど	
<b>7(木)</b> 麦ごはん チキンカレー	麦ごはん じゃがいも 小麦粉 キャノーラ油	鶏肉 チーズ 脱脂粉乳 鶏レバー	玉葱 人参	
小学校 695 kcal 中学校 905 kcal	ウインナーとコーンの ソテー ラ・フランス缶	チキンウインナー コーン	いんげん ラ・フランス	
<b>8(金)</b> 黒糖パン 大根とベーコンの スープ	黒糖パン	ベーコン	大根 玉葱 人参	
小学校 620 kcal 中学校 855 kcal	ハーブチキン チーズ入りポテト (マヨネーズ) (中)パパロアシュークリーム	ハーブチキン チーズ	パセリ	
<b>11(月)</b> ごはん いも団子汁	ごはん いももち	高野豆腐	人参 ごぼう 長葱 大根	
小学校 673 kcal 中学校 836 kcal	いわしの梅煮 ふきの炒め煮	いわしの梅煮 さつま揚げ	山ふき たけのこ	
<b>12(火)</b> 背割りパン 焼きそば	背割りパン ラーメン キャノーラ油	豚肉 焼きちくわ	人参 キャバツ	
小学校 673 kcal 中学校 899 kcal	ウインナーソーセージ ツナペースト	ウインナーソーセージ まぐろ水煮 チーズ	玉葱 きゅうり	
<b>13(水)</b> ごはん 中華スープ	ごはん 春雨 澱粉	豆腐 かまぼこ	人参 長葱	
小学校 620 kcal 中学校 818 kcal	ショーロンポー 豚肉ピピンバ (中)ミルクプリン	ショーロンポー 豚肉 赤みそ	人参・たけのこ もやし・長葱 ほうれん草	
<b>14(木)</b> スパゲティナポリタン	スパゲティ 小麦粉 キャノーラ油 きび和糖	ベーコン 豚肉 チーズ	玉葱 人参 ピーマン エリンギ トマト湯むき	
小学校 685 kcal 中学校 860 kcal	白花豆コロッケ 甘夏ゼリーの フルーツあえ	キャノーラ油 白花豆コロッケ 甘夏ゼリー ナタデココ	黄桃 パイナップル	
<b>15(金)</b> ごはん じゃがいもともずくの みそ汁	ごはん じゃがいも	もずく 京揚げ みそ	人参 長葱	
小学校 699 kcal 中学校 866 kcal	さばの塩焼き 大豆とひじきの炒め煮	さばの塩焼き ベーコン・ひじき 大豆・高野豆腐 焼きちくわ	人参 大豆	
<b>18(月)</b> コッペパン コーンスープ	コッペパン バター	脱脂粉乳 牛乳	玉葱 コーン	
小学校 624 kcal 中学校 877 kcal	イタリアンチキン コールスローサラダ (コールスロドレッシング) (中)焼きプリンタルト	イタリアンチキン ポークハム	キャバツ 人参 きゅうり	
<b>19(火)</b> ごはん すき焼き	ごはん きび和糖	豚肉 高野豆腐 焼き豆腐	玉葱 長葱 たまご茸 しらたき	
小学校 676 kcal 中学校 869 kcal	さんまの生姜煮 小松菜のおかかあえ	さんまの生姜煮 焼きちくわ かつお節	小松菜 もやし	

献立	食品			江別産 使用
	エネルギーになる 熱や力	体をつくる 筋肉・骨・歯・血など	体の調子を整える 病気にかり にくくするなど	
<b>20(水)</b> 胚芽スライスパン マカロニスープ	胚芽スライスパン マカロニ じゃがいも	ベーコン	玉葱 人参	
小学校 626 kcal 中学校 831 kcal	味付き肉団子 コーンと枝豆のソテー いちごジャム	味付き肉団子 チキンウインナー	コーン 枝豆	
<b>21(木)</b> わかめごはん キャバツと油揚げの みそ汁	わかめごはん	油揚げ 豆腐 みそ	キャバツ 人参	
小学校 627 kcal 中学校 801 kcal	鶏と野菜の焼きつくね 大根とこんにゃくの そばろ煮	鶏と野菜の焼きつくね 豚ひき肉	大根・人参 グリーンピース こんにゃく	
<b>22(金)</b> ジャージャー麺	ラーメン きび和糖 白ごま・ごま油 キャノーラ油 澱粉	豚ひき肉 赤みそ	玉葱 人参 たけのこ 干しいたけ	
小学校 635 kcal 中学校 801 kcal	ひじき入り春巻き もやしとじゃこの あえもの	キャノーラ油 きび和糖 ごま油	ひじき入り春巻き 乾燥ちりめん もやし・人参 きゅうり	
<b>25(月)</b> ごはん 白菜とえのきのみそ汁	ごはん	油揚げ 豆腐 みそ	白菜・えのき 人参 長葱	
小学校 633 kcal 中学校 803 kcal	和風きんぴら包み焼き 五目うの花炒め	和風きんぴら包み焼き 豚ひき肉 おから ひじき	人参 しらたき	
<b>26(火)</b> 江別小麦パン ポークビーンズ	江別小麦パン じゃがいも キャノーラ油 小麦粉	豚肉 ベーコン 大豆	玉葱 人参	
小学校 670 kcal 中学校 841 kcal	あみ焼きハンバーグ 海藻サラダ (青じそドレッシング) はちみつレモンゼリー	あみ焼きハンバーグ 海藻	キャバツ・人参 きゅうり	
<b>27(水)</b> ごはん さつま汁	ごはん さつまいも	豚肉 豆腐 みそ	人参 玉葱 長葱	
小学校 662 kcal 中学校 831 kcal	ぶりの照り焼き 切干大根の煮物	ぶりの照り焼き ベーコン さつま揚げ	切干大根 人参	
<b>28(木)</b> きつねうどん	うどん きび和糖	鶏肉 京揚げ 高野豆腐 白かまぼこ	人参 干しいたけ 長葱	
小学校 696 kcal 中学校 801 kcal	ちくわチーズの磯辺揚げ 焼豚ときゅうりの ごま酢あえ	キャノーラ油 白ごま きび和糖 ごま油	きゅうり もやし 人参	
<b>29(金)</b> 麦ごはん カレー豆腐	麦ごはん キャノーラ油 きび和糖 コーンスターチ	豚ひき肉 豆腐 おから	長葱 玉葱 人参	
小学校 646 kcal 中学校 899 kcal	焼きギョウザ ほうれん草ともやしの ナムル	焼きギョウザ 春雨 きび和糖 ごま油・白ごま	ほうれん草 もやし	

## 今月のリクエストメニュー



### 第二小学校

- チキンカレー
- あみ焼きハンバーグ
- 甘夏ゼリーのフルーツあえ

### 中央中学校

- わかめごはん
- キャバツと油揚げのみそ汁
- さばの塩焼き



毎日、この3つができていれば、あなたも元気になれるよ！

※物資の都合等により、献立や材料の一部を変更する場合がありますのでご了承ください。(江別産の野菜を使用する日は絵で表示しています)