



7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 | 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 病気にかかり にくくするなど | | | 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 病気にかかり にくくするなど | | |
| 1(水) 小学校 634 kcal 中学校 803 kcal | ごはん | ごはん | | | 13(月) 江別小麦パン 豚肉と春雨のスープ | 江別小麦パン | 春雨 | 豚肉 | 玉葱・人参 | キャベツ |
| | 豆腐と大根のみそ汁 | | 豆腐・油揚げ みそ | 人参・長葱 大根 | | 大根 | 澱粉 | | コーン | |
| さんまの大黒煮 大豆とひじきの炒め煮 | さんまの大黒煮 | さんまの大黒煮 | | | プレーンオムレツ 〔◎代替 笹かまぼこ〕 イタリアンサラダ (イタリアンドレッシング) ミニエクレア | プレーンオムレツ | | プレーンオムレツ | | きゅうり |
| | 大豆とひじきの炒め煮 | きび和糖 キャノーラ油 | ベーコン ひじき・大豆 高野豆腐 焼きちくわ | 人参 | | ドレッシング | セミドライソーセージ | チーズ | キャベツ・人参 きゅうり | |
| 2(木) 小学校 640 kcal 中学校 826 kcal | 胚芽スライSPAN ラビオリスープ | 胚芽スライSPAN | | | 14(火) ごはん いも団子汁 | ごはん | いももち | 高野豆腐 白かまぼこ | 人参 ごぼう 長葱・大根 | 大根 |
| | 肉団子のケチャップあん ツナペースト | マヨネーズ | 肉団子のケチャップあん まぐろ水煮 | 玉葱 きゅうり | | きゅうり | さばの塩焼き | さばの塩焼き | ピーマン | |
| いちごジャム | いちごジャム | いちごジャム | | | 豚肉とこんにゃくの 炒め煮 | きび和糖 | 豚肉 | 人参 | つきこんにゃく | ピーマン |
| | 3(金) 小学校 661 kcal 中学校 849 kcal | ごはん 鶏肉と大根のみそ煮 | ごはん きび和糖 | 鶏肉 さつま揚げ 五目魚河岸揚げボール みそ・赤みそ | | 大根 人参 こんにゃく | ココアパン | ココアパン | 豚肉 大豆 ベーコン 脱脂粉乳 | 玉葱 人参 |
| 和風きんぴら包み焼き ほうれん草ともやしの ナムル | 和風きんぴら包み焼き | 和風きんぴら包み焼き | | | チーズ入りポテト (マヨネーズ) 冷凍みかん | じゃがいも | マヨネーズ | チーズ | パセリ | |
| | ほうれん草ともやしの ナムル | 春雨・きび和糖 ごま油・白ごま | ポークハム | ほうれん草 もやし・人参 | | マヨネーズ | | | みかん | |
| 6(月) 小学校 631 kcal 中学校 817 kcal | 麦ごはん 中華スープ | 麦ごはん 春雨 | 豆腐 かまぼこ | たけのこ 人参・長葱 | 15(水) 大豆たっぷり ブラウンシチュー | | 豚肉 大豆 ベーコン | 玉葱 人参 | | 大豆 |
| | 鶏肉のごま照り焼き ホイコーロー | きび和糖 澱粉 | 鶏肉のごま照り焼き 赤みそ | キャベツ 長葱 干しいたけ ピーマン | | じゃがいも | マヨネーズ | | | |
| 7(火) 小学校 670 kcal 中学校 807 kcal | スパゲティミートソース | スパゲティ 小麦粉 | 豚ひき肉 鶏レバー チーズ | 玉葱 人参 | 16(木) 醤油ラーメン | ラーメン | 豚肉 | たけのこ もやし 人参・玉葱 長葱 | | ブロッコリー |
| | コーンといんげんの ソテー | キャノーラ油 | チキンウインナー | コーン いんげん | | ハムチーズサンドフライ ブロッコリーのソテー | キャノーラ油 | ハムチーズサンドフライ チキンウインナー | ブロッコリー コーン 人参 | |
| 8(水) 小学校 657 kcal 中学校 849 kcal | ごはん ピリ辛丼の具 | ごはん キャノーラ油 澱粉 | 豚肉 うすら卵 白かまぼこ | キャベツ 人参・玉葱 たけのこ | 17(金) 麦ごはん マーボー豆腐 | 麦ごはん | きび和糖 コーンスターチ | 豆腐 豚ひき肉 赤みそ | 長葱 人参 | 大根 |
| | 卵除去食対応 ショーロンポー ハリハリ漬 | きび和糖 ごま油 白ごま | ショーロンポー 糸切り昆布 | きゅうり 人参 切干大根 | | えびシュウマイ 大根のナムル | 春雨・白ごま きび和糖 ごま油 | えびシュウマイ | 大根 人参 もやし | |
| 9(木) 小学校 643 kcal 中学校 812 kcal | 黒糖パン えびボールのスープ | 黒糖パン 春雨 | えびボール | もやし 人参 長葱 | 20(月) コッパン 野菜とウインナーの コンソメスープ | コッパン | | チキンウインナー | キャベツ 玉葱・人参 枝豆 | キャベツ |
| | 白花豆コロッケ 江別小麦ラーメンサラダ (焙煎ごまドレッシング) | キャノーラ油 江別小麦めん 白ごま ドレッシング | 白花豆コロッケ ハンパンジーチキン | きゅうり キャベツ 人参 | | 味付き肉団子 豚肉のトマト煮 | きび和糖 小麦粉 | 味付き肉団子 豚肉 | 玉葱・いんげん トマト湯むき | |
| 10(金) 小学校 709 kcal 中学校 884 kcal | ごはん 大根と油揚げのみそ汁 | ごはん | 油揚げ 豆腐 みそ | 大根 人参 長葱 | 21(火) 五目うどん | うどん | 鶏肉 白かまぼこ 油揚げ 高野豆腐 | ごぼう 人参 長葱 | | ピーマン ズッキーニ ブロッコリー トマト湯むき |
| | いわしのみぞれ煮 焼肉丼の具 | きび和糖 キャノーラ油 | いわしのみぞれ煮 豚肉 | 玉葱 人参 つきこんにゃく | | 野菜かき揚げ 小松菜のなめたけあえ | キャノーラ油 | 野菜かき揚げ 糸寒天 | 野菜かき揚げ 小松菜・人参 もやし・なめ茸 | |
| 22(水) 小学校 682 kcal 中学校 886 kcal | ごはん 夏野菜のキーマカレー | ごはん キャノーラ油 小麦粉 | 豚ひき肉 チーズ | 玉葱・ピーマン ズッキーニ・コーン ブロッコリー トマト湯むき | 焼きじゃがバター 江別産メロン入り フルーツポンチ | 焼きじゃがバター | カットゼリー | みかん・メロン パイナップル | メロン | |

※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)