4月予定こんだて表

江別市立学校給食センター
対雁調理場 TEL 383-8550
FAX 887-6366

◎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 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	江別産使用
8(水)	黒糖パン	黒糖パン			大豆
	白菜とミートボールのスープ	春雨 澱粉	鶏と豚のミートボール	白菜 長葱 人参	
小学校 675 kcal	ハーブチキン		ハーブチキン		玉葱
中学校 802 kcal	大豆と豚肉のトマト煮	きび和糖 小麦粉	豚肉 大豆	玉葱 エリンギ トマト湯むき	
9(木)	ごはん	ごはん			
	鶏肉と大根のごまみそ煮	きび和糖 白ごま	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	
小学校 619 kcal	にしんの甘露煮		にしんの甘露煮		
中学校 802 kcal	華風きゅうり漬け	きび和糖 ごま油		きゅうり 人参	
10(金)	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	玉葱
	青のりポテト	フレンチポテト キャノーラ油	青のり		
小学校 658 kcal	ゼリー入り フルーツポンチ	カットゼリー	豆乳ゼリー	パイン 黄桃	
中学校 804 kcal					
13(月)	メロンパン	メロンパン			
	ラビオリスープ	ポークラビオリ		白菜 長葱 人参・コーン	玉葱
小学校 690 kcal	あら挽きソーセージ ケチャップソース	きび和糖	あら挽きソーセージ		
中学校 849 kcal	ジャーマンポテト	じゃがいも バター・きび和糖	ベーコン	玉葱 パセリ	
14(火)	ごはん	ごはん			
	大豆の磯煮	じゃがいも きび和糖	ひじき・大豆 焼きちくわ 油揚げ 豚肉	人参 つきこんにゃく	大豆
小学校 667 kcal	鶏肉のごま照り焼き		鶏肉のごま照り焼き		
中学校 859 kcal	白菜の浅漬け			きゅうり 白菜・人参	
15(水)	バーガーパン	バーガーパン			
	チキンクリームシチュー	じゃがいも バター	鶏肉 ベーコン 脱脂粉乳・牛乳	玉葱 人参	玉葱
小学校 658 kcal	ハンバーグ		ハンバーグ		
中学校 804 kcal	春雨ともやしのサラダ	春雨 ごま油 きび和糖	ポークハム	もやし・人参 きゅうり レモン果汁	
16(木)	ごはん	ごはん			
	大根と油揚げのみそ汁		油揚げ 豆腐 みそ	大根 人参 長葱	玉葱
小学校 707 kcal	いわしのみぞれ煮		いわしのみぞれ煮		
中学校 881 kcal	豚肉の生姜煮	きび和糖 キャノーラ油	豚肉 白かまぼこ	玉葱・人参 生姜 つきこんにゃく	
17(金)	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	
	ハムチーズサンドフライ	キャノーラ油	ハムチーズサンドフライ		玉葱
小学校 616 kcal	ほうれん草のごまあえ	白ごま きび和糖	糸寒天 白かまぼこ	ほうれん草 人参	
中学校 809 kcal	(中)アセロラゼリー	アセロラゼリー			

献立		食品 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	江別産使用
20(月)	麦ごはん	麦ごはん			
	ポークカレー	じゃがいも 小麦粉 キャノーラ油	豚肉・ベーコン チーズ・鶏レバー 脱脂粉乳	玉葱 人参	玉葱
小学校 676 kcal	野菜サラダ (和風ごまドレッシング)	ドレッシング	ポークハム	キャベツ 人参・コーン きゅうり	
中学校 893 kcal	白桃缶			白桃	
21(火)	スライスパン	スライスパン			
	豚肉と春雨のスープ	春雨 澱粉	豚肉	玉葱 人参 白菜	玉葱
小学校 646 kcal	肉団子のケチャップあん		肉団子のケチャップあん		
中学校 804 kcal	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	
	レーズンクリーム	レーズンクリーム			
22(水)	ごはん	ごはん			
	わかめスープ	澱粉	わかめ 豆腐 白かまぼこ	コーン・人参 長葱 玉葱	玉葱
小学校 661 kcal	さんまのおかか煮		さんまのおかか煮		
中学校 831 kcal	ホイコーロー	きび和糖 澱粉	豚肉 赤みそ	キャベツ・長葱 干ししいたけ ピーマン	
23(木)	五目うどん	うどん	鶏肉・つと 油揚げ 高野豆腐	ごぼう 人参 長葱	
	野菜かき揚げ	キャノーラ油		野菜かき揚げ	
小学校 646 kcal	小松菜のなめたけあえ		糸寒天	小松菜・人参 もやし なめ茸	
中学校 804 kcal	ブルーベリーゼリー	ブルーベリーゼリー			
24(金)	ごはん	ごはん			
	もやしと油揚げのみそ汁		油揚げ 豆腐 みそ	もやし 人参 長葱	みそ
小学校 687 kcal	豆腐のそぼろあん包み		豆腐のそぼろあん包み		玉葱
中学校 862 kcal	焼肉丼の具	きび和糖 キャノーラ油	豚肉 白かまぼこ	玉葱 人参 つきこんにゃく	
27(月)	麦ごはん	麦ごはん			
	マーボー豆腐	きび和糖 コーンスターチ	豆腐・おから 豚ひき肉 赤みそ	長葱 人参	
小学校 666 kcal	にら焼きもち		にら焼きもち		
中学校 874 kcal	大根のナムル	白ごま きび和糖 ごま油		大根 人参 もやし	
28(火)	コッペパン	コッペパン			
	ポトフ	じゃがいも	チキンウインナー	人参・玉葱 セロリ	玉葱
	チーズイン肉団子		チーズイン肉団子		
小学校 638 kcal	ハムのマリネ	キャノーラ油	ポークハム	キャベツ・パセリ 人参・玉葱 レモン果汁	
中学校 833 kcal	お祝いクレープ(いちご)	お祝いクレープ			
30(木)	赤飯 (ごま塩)	赤飯・ごま塩 キャノーラ油	小豆		
	すまし汁		豆腐	ごぼう・人参 干ししいたけ 長葱・大根	
小学校 669 kcal	さばのみそ煮		さばのみそ煮		
中学校 847 kcal	豚肉とこんにゃくの炒め煮	きび和糖 澱粉	豚肉	人参・グリンピース こんにゃく	

※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。