



1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			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 病気にかなり にくくするなど	
13(水)	江別小麦パン ブラウンシチュー	江別小麦パン じゃがいも キャノーラ油 小麦粉	豚肉 レバーそぼろ チーズ 人参	玉 葱
中学校 801 kcal	ハーブチキン グリーンサラダ (和風ごまドレッシング)	ハーブチキン ドレッシング ボークハム	キャベツ 人参 きゅうり コーン	じゃがいも キャベツ
	ごはん 白菜とえのきのみそ汁	ごはん 京揚げ 豆腐 みそ	白菜 えのき 人参 長葱	み そ
	 骨に注意して食べましょう さばの和風カレー煮 大豆とひじきの炒め煮	 さばの和風カレー煮 きび和糖 キャノーラ油	 さばの和風カレー煮 ひじき 大豆 高野豆腐 焼きちくわ	大豆
	五目うどん	うどん	鶏肉 白かまぼこ 京揚げ 高野豆腐	ごぼう 人参 長葱
小学校 660 kcal 中学校 894 kcal	いかの天ぷら 小松菜の香味あえ	キャノーラ油 春雨 白ごま きび和糖 ごま油	いかの天ぷら 焼豚 小松菜 もやし 人参	
	(中)レモンカスタードタルト	レモンカスタードタルト		
	バーガーパン ポトフ	バーガーパン じゃがいも	チキンウインナー 人参 玉葱 セロリ	玉 葱
	照り焼きチキンバーグ 豚肉のトマト煮	きび和糖 小麦粉	照り焼きチキンバーグ 豚肉 エリンギ トマト湯むき	じゃがいも
小学校 691 kcal 中学校 820 kcal	スライスチーズ		スライスチーズ	
	スパゲティミートソース	スパゲティ 小麦粉	豚ひき肉 牛ひき肉 レバーそぼろ チーズ	玉葱 人参
	 骨に注意して食べましょう 白身魚フライ さつまいもマッシュ	キャノーラ油 さつまいも 砂糖	白身魚フライ 牛乳 生クリーム	玉 葱
	ごはん 湯葉入りかき玉汁	ごはん 澱粉	湯葉 卵 白かまぼこ	人参 長葱 たけのこ
小学校 640 kcal 中学校 808 kcal	 骨に注意して食べましょう 鮭の塩焼き 五目きんぴら	 キャノーラ油 さつまいも	鮭の塩焼き 豚肉 ひじき さつま揚げ	ごぼう 人参 しらたき
	いよかんゼリー	いよかんゼリー		
	黒糖パン えびボールのスープ	黒糖パン 澱粉	えび団子	たけのこ もやし 長葱・玉葱 人参
	肉団子のケチャップあん 江別小麦ラーメンサラダ (焙煎ごまドレッシング) カスタードプリン	江別小麦めん 白ごま ドレッシング	肉団子のケチャップあん パンパンジーチキン	きゅうり キャベツ 人参

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 病気にかなり にくくするなど	
22(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 おから 豚ひき肉 赤みそ	長葱 人参
小学校 673 kcal 中学校 882 kcal	ショーロンポー 大根のナムル	春雨 白ごま きび和糖 ごま油	ショーロンポー 大根 人参 もやし	大 根
	ごはん お雑煮  餅の食べ方に 注意しましょう	餅	鶏肉 つと	大根 人参 ごぼう 長葱
	豆腐のそぼろあん包み 白菜の昆布漬け	白ごま	豆腐のそぼろあん包み 糸切り昆布	きゅうり 白菜 人参
	のりふりかけ	のりふりかけ		
小学校 681 kcal 中学校 805 kcal	26(火) スライスパン 大豆たっぷり トマトシチュー	スライスパン じゃがいも きび和糖・小麦粉 キャノーラ油	大豆 ベーコン	人参 玉葱 枝豆
	鶏肉のマスタード焼き	マヨネーズ	鶏肉 粉チーズ	玉 葱
	セミドライソーセージの マリネ	キャノーラ油	セミドライソーセージ	キャベツ 人参・玉葱 レモン果汁
	いちご&マーガリン	いちご&マーガリン		キャベツ
小学校 661 kcal 中学校 843 kcal	27(水) 麦ごはん ほたて貝柱入りスー ポークシュウマイ ピピンバ	麦ごはん 春雨 澱粉	干し貝柱 豆腐	チンゲンサイ 人参 長葱
	豆乳パンナコッタ	豆乳パンナコッタ	牛肉 赤みそ	人参・もやし たけのこ 長葱 ほうれん草
	わかめラーメン	ラーメン	豚肉 くきわかめ 赤みそ	たけのこ もやし 人参 玉葱 長葱
	ピザ春巻き 華風きゅうり漬け	キャノーラ油 きび和糖 ごま油 白ごま	ピザ春巻き	きゅうり 人参
小学校 638 kcal 中学校 819 kcal	(中)米粉のメープルマフィン	米粉のメープルマフィン		
	29(金) ごはん チキンカレー	ごはん じゃがいも キャノーラ油 小麦粉	鶏肉 チーズ 脱脂粉乳 レバーそぼろ	玉葱 人参 セロリ
	ほうれん草入りオムレツ 〔◎代替 笹かまぼこ〕		ほうれん草入りオムレツ 〔代替 笹かまぼこ〕	
	みかん			みかん



今月のリクエストメニュー

大麻泉小学校
・チキンカレー
・華風きゅうり漬け
・鮭の塩焼き

第二中学校
・マーボー豆腐
・江別小麦ラーメンサラダ
・ピザ春巻き



※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。