

# 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(木) 小学校 692 kcal 中学校 866 kcal	ごはん	ごはん			13(火) 小学校 638 kcal 中学校 809 kcal	ごはん	ごはん			
	もやしと油揚げの みそ汁 <b>骨に注意して食べましょう</b>	油揚げ・豆腐 みそ	もやし 人参 長葱			かき玉汁 <b>卵除去食対応</b>	澱粉	卵	人参 長葱 干しいたけ	
	さばのみぞれ煮 <b>骨に注意して食べましょう</b>	さばのみぞれ煮			鶏肉のごま照り焼き	鶏肉のごま照り焼き				
	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	切干大根のカレー炒め	キャノーラ油 きび和糖	豚肉 さつま揚げ	切干大根 人参 いんげん		
2(金) 小学校 659 kcal 中学校 801 kcal	背割りパン	背割りパン			14(水) 小学校 643 kcal 中学校 801 kcal	江別小麦パン	江別小麦パン			
	コーンスープ	バター	脱脂粉乳 牛乳	玉葱 コーン		ラビオリスープ		ポークラビオリ	白菜・長葱 人参 コーン	大豆
	フランクフルト		フランクフルト	きゅうり		つくねハンバーグ		つくねハンバーグ		
	江別小麦ラーメンサラダ (焙煎ごまドレッシング)	江別小麦めん 白ごま ドレッシング	パンパンシーチキン	きゅうり キャベツ 人参	豚肉と大豆のトマト煮	小麦粉 きび和糖	豚肉 大豆	玉葱 エリンギ トマト湯むき		
5(月) 小学校 634 kcal 中学校 812 kcal	ごはん	ごはん			15(木) 小学校 624 kcal 中学校 861 kcal	麦ごはん	麦ごはん			
	大根と油揚げのみそ汁	油揚げ 豆腐 みそ	大根 人参 長葱	みそ 大根		マーボー豆腐	きび和糖 コーンスターチ	豆腐・豚ひき肉 大豆ミート	長葱 人参	
	和風炒り豆腐包み焼き	和風炒り豆腐包み焼き			えびシュウマイ		えびシュウマイ		きゅうり	
	キャベツと豚肉の ピリ辛炒め	キャノーラ油 きび和糖 澱粉	豚肉	キャベツ・玉葱 たけのこ・人参 干しいたけ	華風きゅうり漬け	きび和糖 ごま油 白ごま		きゅうり 人参		
6(火) 小学校 653 kcal 中学校 803 kcal	ココアパン	ココアパン			16(金) 小学校 608 kcal 中学校 802 kcal	コッペパン	コッペパン			
	白菜とミートボールの スープ <b>骨に注意して食べましょう</b>	春雨 澱粉	鶏と豚のミートボール	白菜 長葱 人参		マカロニのクリーム煮	マカロニ じゃがいも バター	鶏肉・ベーコン 牛乳 脱脂粉乳	玉葱 人参	ブロッコリー
	たらフライ	キャノーラ油	たらフライ		野菜入り肉団子		野菜入り肉団子			
	チーズ入りポテト (マヨネーズ)	じゃがいも マヨネーズ	チーズ	パセリ	ブロッコリーサラダ (イタリアンドレッシング)	ドレッシング	チキンウィンナー	ブロッコリー キャベツ 人参	キャベツ	
7(水) 小学校 630 kcal 中学校 811 kcal	麦ごはん	麦ごはん			19(月) 小学校 672 kcal 中学校 805 kcal	かしわうどん	うどん	鶏肉 白かまぼこ 高野豆腐	たもぎ茸 ごぼう 人参・長葱	きゅうり
	中華スープ	春雨	かまぼこ 豆腐	人参 長葱		さつまポテト	蜜おさつ キャノーラ油			
	にら焼きもち		にら焼きもち	ピーマン	大根ときゅうりの 香味あえ	白ごま きび和糖 ごま油	焼豚	きゅうり 大根 人参	大根	
	チンジャオロースー	きび和糖 澱粉 キャノーラ油	豚肉	たけのこ 長葱 干しいたけ ピーマン						
8(木) 小学校 669 kcal 中学校 804 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	20(火) 小学校 677 kcal 中学校 814 kcal	胚芽スライスパン	胚芽スライスパン			
	コーンとブロッコリーの ソテー	キャノーラ油	チキンウィンナー	ブロッコリー コーン 人参		ポトフ	じゃがいも	チキンウィンナー	人参・玉葱 セロリ	ピーマン
	冷凍みかん			みかん		鶏肉のチーズ焼き		鶏肉のチーズ焼き		
	ごはん	ごはん			宗谷黒牛の ペンネポモドーロ	きび和糖 パンネ	牛ひき肉	玉葱 人参 ピーマン		
	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	ブルーベリージャム	ブルーベリージャム				
9(金) 小学校 672 kcal 中学校 864 kcal	いわしのオレンジ煮 <b>骨に注意して食べましょう</b>	いわしのオレンジ煮		大豆	21(水) 小学校 720 kcal 中学校 923 kcal	ごはん	ごはん			
	ほうれん草の なめたけあえ	糸寒天	ほうれん草	もやし 人参・なめ茸		夏野菜カレー	キャノーラ油 小麦粉	豚肉・チーズ 脱脂粉乳 鶏レバー	玉葱・人参 かぼちゃ ズッキーニ	ズッキーニ
	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	ほうれん草オムレツ 〔代替 笹かまぼこ〕		ほうれん草オムレツ 〔代替 笹かまぼこ〕			
	米粉入り春巻き	キャノーラ油	米粉入り春巻き		いちごゼリー入り フルーツポンチ	いちごゼリー	豆乳ゼリー	みかん・パイ 黄桃		
	白菜のナムル	春雨・きび和糖 ごま油 白ごま	白かまぼこ	白菜 きゅうり 人参						
	(中)プレーンヨーグルト	プレーンヨーグルト								



※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。