

8・9月予定こんだて表

江別市立学校給食センター
 対応調理場 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	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			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		
8/19(木)	ごはん	ごはん			9(木)	ごはん	ごはん			
	夏野菜カレー	キャノーラ油 小麦粉	豚肉・チーズ 脱脂粉乳 鶏しバー	玉葱・人参 かぼちゃ・枝豆 ズッキーニ		ごはん	キャノーラ油 澱粉	豚肉 うずら卵 白かまぼこ	キャベツ 人参・玉葱 だけのご	キャベツ 人参
小学校 683 kcal	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 しモン果汁	661 kcal	ポークシュウマイ	春雨	ポークシュウマイ ポークハム	人参・玉葱 もやし 人参・きゅうり レモン果汁	人参 玉葱
中学校 888 kcal	冷凍みかん			みかん	857 kcal	春雨サラダ	春雨 ごま油 きび和糖			みかん
20(金)	胚芽スライスパン	胚芽スライスパン			10(金)	コッペパン	コッペパン			
	レタスとかにポールの スープ	春雨 澱粉	かにボール 豆腐	レタス・人参 長葱		712 kcal	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
小学校 677 kcal	かぼちゃコロッケ	キャノーラ油		かぼちゃコロッケ	860 kcal	照り焼きハンバーグ	キャノーラ油	照り焼きハンバーグ ポークウィンナー	人参 ブロッコリー コーン・人参	人参 玉葱
中学校 803 kcal	ピーマンとウィンナーの ソテー	キャノーラ油	チキンウィンナー	ピーマン コーン	860 kcal	コーンとブロッコリーの ソテー	キャノーラ油	ポークウィンナー	ブロッコリー コーン・人参	人参 玉葱
23(月)	ごはん	ごはん			13(月)	メロンパン	メロンパン			
	キャベツと油揚げの みそ汁		油揚げ・豆腐 みそ	キャベツ 人参		650 kcal	マカロニスープ	じゃがいも マカロニ	ベーコン	玉葱 人参 コーン
小学校 688 kcal	旨い梅煮		いわしの梅煮		878 kcal	チーズイン肉団子		チーズイン肉団子	人参 キャベツ	人参
中学校 862 kcal	大根とこんにゃくの そぼろ煮	きび和糖 澱粉	豚ひき肉	大根・人参 枝豆・こんにゃく		チキンサラダ (イタリアンドレッシング)	ドレッシング 春雨	ハンバーグ・チキン	キャベツ 人参 きゅうり	人参 玉葱
24(火)	うどん	うどん			14(火)	ごはん	ごはん			
	野菜かき揚げ	キャノーラ油	鶏肉 焼きちくわ 油揚げ 高野豆腐	ごぼう 人参 長葱		671 kcal	さつま汁	さつまいも	豚肉 豆腐 みそ	人参 玉葱 長葱
小学校 641 kcal	きゅうりともやしの 香味あえ	白ごま きび和糖 ごま油	焼豚	きゅうり・人参 もやし レモン果汁	846 kcal	旨い梅煮		いわしの梅煮		人参
中学校 804 kcal	黒糖パン	黒糖パン			15(水)	ミルクパン	ミルクパン			
667 kcal	ポークビーンズ	じゃがいも 小麦粉・きび和糖 キャノーラ油	豚肉 ベーコン 大豆	人参 玉葱		668 kcal	レタスのミネストローネ	じゃがいも	ベーコン	人参・玉葱 レタス トマト・湯むき
中学校 810 kcal	ハーブチキン		ハーブチキン		843 kcal	鶏肉のチーズ焼き	キャノーラ油	鶏肉のチーズ焼き ポークウィンナー	人参 ブロッコリー コーン・枝豆	人参 玉葱
25(水)	ブロッコリーサラダ (クリームドレッシング)	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	16(木)	カレーうどん	うどん 澱粉	鶏肉 京揚げ 焼きちくわ	玉葱 人参 長葱	人参 玉葱
	ごはん	ごはん				669 kcal	旨い梅煮	キャノーラ油	いわしの梅煮	
小学校 693 kcal	さんまのおかか煮	さんまのおかか煮		さんま・人参 大根・長葱 ごぼう	802 kcal	もやしときゅうりの ナムル	キャノーラ油	白かまぼこ	きゅうり もやし 人参・レモン果汁	人参 玉葱
中学校 873 kcal	ふきの炒め煮	きび和糖 キャノーラ油		ふき・だけのご 人参	17(金)	ごはん	ごはん			
627 kcal	麦ごはん	麦ごはん				684 kcal	じゃがいもとオクラの みそ汁	じゃがいも	京揚げ みそ	玉葱・長葱 オクラ 人参
中学校 818 kcal	春雨スープ	春雨	ベーコン	だけのご・人参 もやし・長葱	854 kcal	いわしのみぞれ煮		いわしのみぞれ煮	人参 オクラ	人参 玉葱
26(木)	シヨロンポー	澱粉	豚肉	キャベツ・長葱 干しいたけ ピーマン	21(火)	バーガーパン	バーガーパン			
	ホイコーロー	きび和糖 赤みそ	厚揚げ 赤みそ	キャベツ・長葱 干しいたけ ピーマン		675 kcal	マカロニのクリーム煮	じゃがいも バター・マカロニ	鶏肉・ベーコン 牛乳・脱脂粉乳	玉葱 人参
小学校 627 kcal	ごはん	ごはん			819 kcal	あみ焼きハンバーグ	キャノーラ油	あみ焼きハンバーグ ポークハム	人参 キャベツ・パセリ 人参・玉葱・レモン果汁	人参 玉葱
中学校 821 kcal	ごはん	ごはん			22(水)	醤油ラーメン	ラーメン	豚肉	だけのご もやし・人参 玉葱 長葱	人参 玉葱
27(金)	春雨スープ	春雨	ベーコン	だけのご・人参 もやし・長葱	627 kcal	ピザ春巻き	キャノーラ油	ピザ春巻き	きゅうり 人参 玉葱	人参 玉葱
	シヨロンポー	澱粉	豚肉	キャベツ・長葱 干しいたけ ピーマン	809 kcal	浅漬け	白ごま		きゅうり キャベツ・人参	人参 玉葱
中学校 818 kcal	ごはん	ごはん			24(金)	ごはん	ごはん			
672 kcal	ごまロールパン	ごまロールパン				663 kcal	旨い梅煮	キャノーラ油	いわしの梅煮	
中学校 821 kcal	コーンスープ	バター	脱脂粉乳	玉葱 コーン	856 kcal	ぶりの照り焼き	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	人参 玉葱
30(月)	チキン豆腐ハンバーグ	チキン豆腐ハンバーグ			27(月)	スパゲティミートソース	スパゲティ 小麦粉	豚ひき肉 鶏しバー チーズ	玉葱 人参	人参
	大根とハムのサラダ (コールスロドレッシング)	ドレッシング	ポークハム	大根 きゅうり 人参		699 kcal	白化豆コロッケ	キャノーラ油	白化豆コロッケ	みかん パイ 黄桃
小学校 672 kcal	ごはん	ごはん			884 kcal	豆乳ゼリー入り フルーツポンチ		豆乳ゼリー	みかん パイ 黄桃	人参 玉葱
中学校 821 kcal	ごはん	ごはん			28(火)	ごはん	ごはん			
641 kcal	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		685 kcal	つくねハンバーグ	きび和糖	つくねハンバーグ	人参・だけのご もやし・長葱 ほうれん草
中学校 834 kcal	きんぴら肉団子	白ごま	きゅうり 白菜 人参	きゅうり 白菜 人参	855 kcal	ピピンバ	ごま油 白ごま	豚肉 赤みそ	人参・だけのご もやし・長葱 ほうれん草	人参 玉葱
31(火)	白菜の浅漬け	白ごま			29(水)	江別小麦パン	江別小麦パン			
	ごはん	ごはん				649 kcal	ブラウنشチュー	じゃがいも キャノーラ油 小麦粉	豚肉 鶏しバー チーズ	玉葱 人参
小学校 641 kcal	ごはん	ごはん			826 kcal	フランクフルト	ドレッシング	ポークハム	キャベツ・人参 きゅうり コーン	人参 玉葱
中学校 834 kcal	ごはん	ごはん			30(木)	ごはん	ごはん			
706 kcal	湯葉とオクラの すまし汁		湯葉 豆腐 白かまぼこ	オクラ 長葱 だけのご		663 kcal	水ぎょうざスープ	水ぎょうざ 澱粉		玉葱・人参 長葱
中学校 875 kcal	さばの塩焼き	じゃがいも きび和糖	豚肉	枝豆・玉葱 しらたき	856 kcal	つくねハンバーグ	きび和糖	つくねハンバーグ	人参・だけのご もやし・長葱 ほうれん草	人参 玉葱
9/1(水)	塩ラーメン	ラーメン	豚肉	だけのご もやし・玉葱 人参 長葱	29(水)	ごはん	ごはん			
	ちくわチーズの磯辺揚げ	キャノーラ油	ちくわ	玉葱		706 kcal	湯葉とオクラの すまし汁		湯葉 豆腐 白かまぼこ	オクラ 長葱 だけのご
小学校 663 kcal	江別産どうもろこし			どうもろこし	875 kcal	さばの塩焼き	じゃがいも きび和糖	豚肉	枝豆・玉葱 しらたき	人参 玉葱
中学校 848 kcal	(中)米粉ワッフル(チョコ)	米粉ワッフル			27(月)	スパゲティミートソース	スパゲティ 小麦粉	豚ひき肉 鶏しバー チーズ	玉葱 人参	人参
664 kcal	ごはん	ごはん				699 kcal	白化豆コロッケ	キャノーラ油	白化豆コロッケ	みかん パイ 黄桃
中学校 856 kcal	ごはん	ごはん			884 kcal	豆乳ゼリー入り フルーツポンチ		豆乳ゼリー	みかん パイ 黄桃	人参 玉葱
2(木)	塩ラーメン	ラーメン	豚肉	だけのご もやし・玉葱 人参 長葱	28(火)	ごはん	ごはん			
	ちくわチーズの磯辺揚げ	キャノーラ油	ちくわ	玉葱		685 kcal	水ぎょうざスープ	水ぎょうざ 澱粉		玉葱・人参 長葱
小学校 663 kcal	江別産どうもろこし			どうもろこし	855 kcal	つくねハンバーグ	きび和糖	つくねハンバーグ	人参・だけのご もやし・長葱 ほうれん草	人参 玉葱
中学校 848 kcal	(中)米粉ワッフル(チョコ)	米粉ワッフル			29(水)	江別小麦パン	江別小麦パン			
664 kcal	ごはん	ごはん				649 kcal	ブラウنشチュー	じゃがいも キャノーラ油 小麦粉	豚肉 鶏しバー チーズ	玉葱 人参
中学校 856 kcal	ごはん	ごはん			826 kcal	フランクフルト	ドレッシング	ポークハム	キャベツ・人参 きゅうり コーン	人参 玉葱
3(金)	ごはん	ごはん			30(木)	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		706 kcal	大根とベーコンの スープ	ベーコン		大根・玉葱 人参
小学校 664 kcal	旨い梅煮		いわしの梅煮		890 kcal	プレーンオムレツ	プレーンオムレツ			人参 玉葱
中学校 856 kcal	さんまの生姜煮	さんまの生姜煮		小松菜・もやし 人参・なめ茸	29(水)	ごはん	ごはん			
641 kcal	小松菜のなめたけあえ		小松菜・もやし 人参・なめ茸			649 kcal	ブラウنشチュー	じゃがいも キャノーラ油 小麦粉	豚肉 鶏しバー チーズ	玉葱 人参
6(月)	ごはん	ごはん			28(火)	ごはん	ごはん			
	春雨とえびボールの スープ	春雨	えび団子	白菜・長葱 玉葱・人参		715 kcal	大根のピリ辛炒め	キャノーラ油	豚肉	大根・いんげん だけのご 玉葱・人参 干しいたけ
小学校 715 kcal	カレー春巻き	キャノーラ油	カレー春巻き		887 kcal	タマゴソフトパン	タマゴソフトパン			人参 玉葱
中学校 887 kcal	大根のピリ辛炒め	キャノーラ油	豚肉	大根・いんげん だけのご 玉葱・人参 干しいたけ	8(水)	ラビオリスープ	ポークラビオリ		白菜・長葱 人参 コーン	人参 玉葱
641 kcal	きんぴら肉団子	白ごま	きゅうり 白菜 人参	きゅうり 白菜 人参		725 kcal	イタリアンチキン	イタリアンチキン		
中学校 834 kcal	ごはん	ごはん			857 kcal	チーズ入りポテ	じゃがいも マヨネーズ	チーズ	パセリ	人参 玉葱
8(水)	タマゴソフトパン	タマゴソフトパン			9(木)	ごはん	ごはん			
	ラビオリスープ	ポークラビオリ		白菜・長葱 人参 コーン		661 kcal	ピリ辛井の具	キャノーラ油 澱粉	豚肉 うずら卵 白かまぼこ	キャベツ 人参・玉葱 だけのご
小学校 725 kcal	イタリアンチキン	イタリアンチキン			857 kcal	ポークシュウマイ	春雨	ポークシュウマイ ポークハム	人参・玉葱 もやし 人参・きゅうり レモン果汁	人参 玉葱
中学校 857 kcal	チーズ入りポテ	じゃがいも マヨネーズ	チーズ	パセリ	10(金)	コッペパン	コッペパン			
641 kcal	きんぴら肉団子	白ごま	きゅうり 白菜 人参	きゅうり 白菜 人参		712 kcal	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
中学校 887 kcal	ごはん	ごはん			860 kcal	照り焼きハンバーグ	キャノーラ油	照り焼きハンバーグ ポークウィンナー	人参 ブロッコリー コーン・人参	人参 玉葱
9(木)	ごはん	ごはん			13(月)	メロンパン	メロンパン			
	大根とベーコンの スープ	ベーコン		大根・玉葱 人参		650 kcal	チーズイン肉団子		チーズイン肉団子	人参 キャベツ
小学校 706 kcal	湯葉とオクラの すまし汁		湯葉 豆腐 白かまぼこ	オクラ 長葱 だけのご	878 kcal	チキンサラダ (イタリアンドレッシング)	ドレッシング 春雨	ハンバーグ・チキン	キャベツ 人参 きゅうり	人参 玉葱
中学校 875 kcal	さばの塩焼き	じゃがいも きび和糖	豚肉	枝豆・玉葱 しらたき	14(火)	ごはん	ごはん			
663 kcal	旨い梅煮		いわしの梅煮			671 kcal	さつま汁	さつまいも	豚肉 豆腐 みそ	人参 玉葱 長葱
2(木)	塩ラーメン	ラーメン	豚肉	だけのご もやし・玉葱 人参 長葱	15(水)	ミルクパン	ミルクパン			
	ちくわチーズの磯辺揚げ	キャノーラ油	ちくわ	玉葱		668 kcal	レタスのミネストローネ	じゃがいも	ベーコン	人参・玉葱 レタス トマト・湯むき
小学校 663 kcal	江別産どうもろこし			どうもろこし	843 kcal	鶏肉のチーズ焼き	キャノーラ油	鶏肉のチーズ焼き ポークウィンナー	人参 ブロッコリー コーン・枝豆	人参 玉葱
中学校 848 kcal	(中)米粉ワッフル(チョコ)	米粉ワッフル			669 kcal	旨い梅煮	キャノーラ油	いわしの梅煮		人参
3(金)	ごはん	ごはん			802 kcal	もやしときゅうりの ナムル	キャノーラ油	白かまぼこ	きゅうり もやし 人参・レモン果汁	人参 玉葱
	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	16(木)	カレーうどん	うどん 澱粉	鶏肉 京揚げ 焼きちくわ	玉葱 人参 長葱	人参 玉葱
小学校 664 kcal	旨い梅煮		いわしの梅煮			669 kcal	旨い梅煮	キャノーラ油	いわしの梅煮	
中学校 856 kcal	さんまの生姜煮	さんまの生姜煮		小松菜・もやし 人参・なめ茸	802 kcal	もやしときゅうりの ナムル	キャノーラ油	白かまぼこ	きゅうり もやし 人参・レモン果汁	人参 玉葱
6(月)	ごはん	ごはん			17(金)	ごはん	ごはん			
	春雨とえびボールの スープ	春雨	えび団子	白菜・長葱 玉葱・人参		684 kcal	じゃがいもとオクラの みそ汁	じゃがいも	京揚げ みそ	玉葱・長葱 オクラ 人参
小学校 715 kcal	カレー春巻き	キャノーラ油	カレー春巻き		854 kcal	いわしのみぞれ煮		いわしのみぞれ煮	人参 オクラ	人参 玉葱
中学校 887 kcal	大根のピリ辛炒め	キャノーラ油	豚肉	大根・いんげん だけのご 玉葱・人参 干しいたけ	21(火)	バーガーパン	バーガーパン			
641 kcal	きんぴら肉団子	白ごま	きゅうり 白菜 人参	きゅうり 白菜 人参		675 kcal	マカロニのクリーム煮	じゃがいも バター・マカロニ	鶏肉・ベーコン 牛乳・脱脂粉乳	玉葱 人参
中学校 887 kcal	ごはん	ごはん			819 kcal	あみ焼きハンバーグ	キャノーラ油	あみ焼きハンバーグ ポークハム	人参 キャベツ・パセリ 人参・玉葱・レモン果汁	人参 玉葱
8(水)	タマゴソフトパン	タマゴソフトパン			22(水)	醤油ラーメン	ラーメン	豚肉	だけのご もやし・人参 玉葱 長葱	人参 玉葱
	ラビオリスープ	ポークラビオリ		白菜・長葱 人参 コーン	627 kcal	ピザ春巻き	キャノーラ油	ピザ春巻き	きゅうり 人参 玉葱	人参 玉葱
小学校 725 kcal	イタリアンチキン	イタリアンチキン			809 kcal	浅漬け	白ごま		きゅうり キャベツ・人参	人参 玉葱
中学校 857 kcal	チーズ入りポテ	じゃがいも マヨネーズ	チーズ	パセリ	24(金)	ごはん	ごはん			
641 kcal	きんぴら肉団子	白ごま	きゅうり 白菜 人参	きゅうり 白菜 人参		663 kcal	旨い梅煮	キャノーラ油	いわしの梅煮	
9(木)	ごはん	ごはん			856 kcal	ぶりの照り焼き	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	人参 玉葱
	大根とベーコンの スープ	ベーコン		大根・玉葱 人参	27(月)	スパゲティミートソース	スパゲティ 小麦粉	豚ひき肉 鶏しバー チーズ	玉葱 人参	人参
小学校 706 kcal	湯葉とオクラの すまし汁		湯葉 豆腐 白かまぼこ	オクラ 長葱 だけのご		699 kcal	白化豆コロッケ	キャノーラ油	白	