

1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

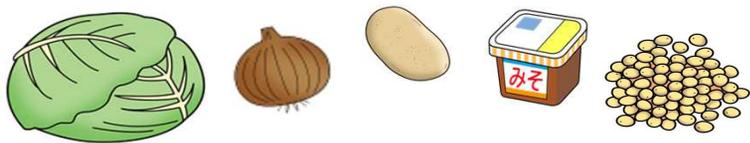
献立	食品			江別産 使用
	エネルギーになる 熱や力	体をつくる 筋肉・骨・歯・血など	体の調子を整える 病気にかけり にくくするなど	
14(金) 味噌ラーメン	ラーメン	豚肉 赤みそ	たけのこ もやし 人参・玉葱 長葱	玉葱
小学校 663 kcal	ちくわチーズの磯辺揚げ	キャノーラ油	ちくわチーズの磯辺揚げ	
中学校 843 kcal	華風きゅうり漬け	きび和糖	きゅうり 人参	
(中)はちみつレモンゼリー	はちみつレモンゼリー			
17(月) ごはん お雑煮	ごはん 餅	鶏肉 つと	大根 人参 ごぼう 長葱	キャベツ
小学校 643 kcal	餅の食べ方に 注意しましょう			
中学校 829 kcal	骨に注意して食べましょう さんまのゆずみそ煮	さんまのゆずみそ煮	さんまのゆずみそ煮	
キャベツの 塩こんぶあえ	ごま油・白ごま	塩こんぶ	キャベツ 人参・きゅうり	
18(火) 江別小麦パン かにボールのスープ	江別小麦パン 春雨 澱粉	かにボール 豆腐	大根・人参 長葱	玉葱
小学校 610 kcal	プレーンオムレツ 【◎代替 笹かまぼこ】	プレーンオムレツ 【代替 笹かまぼこ】		
中学校 805 kcal	豚肉のトマト煮	きび和糖 小麦粉	玉葱・エリンギ トマト湯むき	
(中)豆乳パンナコッタ	豆乳パンナコッタ			
19(水) ごはん 大豆の磯煮	ごはん じゃがいも きび和糖	ひじき 焼きちくわ 油揚げ 豚肉・大豆	人参 つきこんにやく	大豆 じゃがいも
小学校 676 kcal	鶏肉のごま照り焼き	鶏肉のごま照り焼き		
中学校 868 kcal	もやしとじゃこの あえもの	きび和糖 ごま油	もやし・人参 きゅうり	
20(木) スパゲティミートソース さつまいもマッシュ	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
小学校 666 kcal	さつまいもマッシュ	さつまいも 砂糖		
中学校 800 kcal	みかん		みかん	
21(金) ごはん もやしと油揚げの みそ汁	ごはん	油揚げ 豆腐 みそ	もやし 人参 長葱	みそ
小学校 628 kcal	塩ザンギ	キャノーラ油	塩ザンギ	
中学校 801 kcal	五目きんぴら	きび和糖 キャノーラ油 白ごま	豚肉 ひじき 人参 さつま揚げ しらたき	

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 病気にかけり にくくするなど	
24(月) バーガーパン クリームシチュー	バーガーパン じゃがいも バター	ベーコン 脱脂粉乳 牛乳	玉葱 人参	玉葱 じゃがいも
小学校 684 kcal	ハンバーグの バジルトマトソースがけ	きび和糖	ハンバーグ バジル	
中学校 831 kcal	コーンと枝豆のソテー	キャノーラ油	チキンウインナー コーン 枝豆	
25(火) ごはん 中華丼の具	ごはん きび和糖 コーンスターチ 澱粉	豚肉 うすら卵 白かまぼこ	白菜 人参 玉葱 たけのこ	玉葱
小学校 607 kcal	卵除去食対応			
中学校 829 kcal	コーンのつまみ揚げ ハリハリ漬け	きび和糖 ごま油・白ごま	コーンのつまみ揚げ 昆布 切干大根・人参 きゅうり	
26(水) きつねうどん さつまいもコロッケ	うどん きび和糖	鶏肉 油揚げ 高野豆腐 白かまぼこ	人参 干しいたけ 長葱	玉葱
小学校 703 kcal	さつまいもコロッケ	キャノーラ油		
中学校 806 kcal	小松菜の香味あえ	春雨・きび和糖 ごま油	焼豚 小松菜・人参 もやし	
27(木) ごはん 白菜とえのきのみそ汁	ごはん	油揚げ 豆腐 みそ	白菜 えのき 人参 長葱	玉葱
小学校 712 kcal	骨に注意して食べましょう			
中学校 893 kcal	いわしの梅煮 炒め納豆	キャノーラ油 きび和糖	いわしの梅煮 豚ひき肉 ひきわり納豆 ピーマン	
28(金) コッペパン 大豆たつぷり トマトシチュー	コッペパン 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	大豆 玉葱 じゃがいも キャベツ
小学校 617 kcal	野菜入り肉団子	野菜入り肉団子		
中学校 802 kcal	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	きゅうり・人参 キャベツ	
いちごジャム	いちごジャム			
31(月) 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 鶏レバー	玉葱 人参	玉葱 じゃがいも キャベツ
小学校 699 kcal	えびカツ	キャノーラ油	えびカツ	
中学校 896 kcal	コールスローサラダ (コールスロドレッシング)	ドレッシング	キャベツ・人参 きゅうり・コーン	

※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)

今月の地場産情報

キャベツ、玉葱、じゃがいも、みそ、大豆
【江別産の野菜を使用する日は絵で表示しています】



今月のリクエストメニュー

大麻泉小学校
・チキンカレー
・さんまのゆずみそ煮
・みかん(くだもの)

第二中学校
・ハンバーグ
・華風きゅうり漬け
・はちみつレモンゼリー

保護者の皆様へ

①長期間給食を食べない場合は 事前にご連絡を

病気等による長期欠席やフリースクール通学等により長期間給食を食べない場合は、給食費を減額することもありますので、学校を通じ給食センターにご連絡いただきますようお願いいたします。

②給食費納入のお願い

給食費は、お子様が毎日食べる給食の食材料を購入するために使われます。納期限までに納めるようお願いいたします。ご不明な点などございましたら、江別市学校給食会事務局にお問い合わせください。また、夜間窓口を開設しております。(学校給食センター内・電話887-8992または382-5188)

毎月第2・4木曜日 17:15~20:00
1月は13日と27日です