

6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 病気にかり にくくするなど	
1(水)	バーガーパン コーンクリームシチュー	バーガーパン じゃがいも バター	鶏肉 脱脂粉乳 牛乳	玉葱 人参 コーン	
小学校 634 kcal 中学校 781 kcal	あみ焼きハンバーグ ハムのマリネ	キャノーラ油	あみ焼きハンバーグ ボークハム	キャベツ・人参 パセリ・玉葱 レモン果汁	
2(木)	ごはん たぬき汁	ごはん	さつまいも	人参 こんにゃく えのき 長葱	
小学校 633 kcal 中学校 798 kcal	 さばの照り焼き 豚肉とごぼうの ごまみそ煮	さび砂糖 キャノーラ油 白ごま	さばの照り焼き 豚肉 赤みそ	ごぼう 人参 ピーマン	
3(金)	塩ラーメン	ラーメン	豚肉	だけのこ もやし 玉葱・人参 長葱	
小学校 635 kcal 中学校 790 kcal	ショーロンボー 白菜のナムル	春雨・さび砂糖 ごま油 白ごま	ショーロンボー 白かまぼこ	白菜 きゅうり 人参	
	はちみつレモンゼリー	はちみつレモンゼリー			
6(月)	ごはん ずき焼き	ごはん さび砂糖	豚肉 高野豆腐 焼き豆腐	しらたき 玉葱 長葱 たもぎ茸	
小学校 653 kcal 中学校 842 kcal	和風きんぴら包み焼き 浅漬け	白ごま	和風きんぴら包み焼き	きゅうり キャベツ 人参	
7(火)	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 さび砂糖 キャノーラ油 小麦粉	大豆 ベーコン	人参 玉葱 枝豆	
小学校 665 kcal 中学校 796 kcal	ブレンオムレツ 【  代替 白かまぼこ】 アスパラとコーンの ソテー	キャノーラ油	ブレンオムレツ ポークウィンナー	アスパラ コーン	
8(水)	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	
小学校 694 kcal 中学校 876 kcal	 いわしの梅煮 炒め納豆	キャノーラ油 さび砂糖	いわしの梅煮 豚ひき肉 ひきわり納豆	玉葱 人参 ピーマン	
9(木)	かしわうどん	うどん	鶏肉 白かまぼこ 高野豆腐	干しいたけ 人参 長葱	
小学校 642 kcal 中学校 774 kcal	さつまパイ ほうれん草のごまあえ (中)ベビーチーズ	さつまパイ キャノーラ油 白ごま さび砂糖	糸寒天	ほうれん草 もやし 人参	
10(金)	ごはん マーボー豆腐	ごはん さび砂糖 澱粉	豆腐 大豆ミート 豚ひき肉 赤みそ	長葱 人参 玉葱	
小学校 615 kcal 中学校 844 kcal	えびシュウマイ 華風きゅうり漬	さび砂糖 ごま油 白ごま	えびシュウマイ	きゅうり 人参	
13(月)	黒糖パン 豆腐入り野菜スープ	黒糖パン 澱粉	ベーコン 豆腐	コーン 人参 長葱 玉葱	
小学校 659 kcal 中学校 774 kcal	照り焼きチキンバーグ チーズ入り マッシュポテト	じゃがいも 砂糖	照り焼きチキンバーグ 牛乳 チーズ 生クリーム		
14(火)	ごはん 中華スープ	ごはん 春雨	豆腐 ベーコン	だけのこ 人参 長葱	
小学校 585 kcal 中学校 795 kcal	コーンのつまみ揚げ 豚肉とピーマンの 辛味噌炒め	さび砂糖 澱粉	コーンのつまみ揚げ 豚肉	玉葱・人参 もやし 干しいたけ ピーマン	
15(水)	ミルクパン ポトフ	ミルクパン じゃがいも	ポークウィンナー	人参 玉葱 セロリ	
小学校 640 kcal 中学校 774 kcal	イタリアンチキン マカロニサラダ (ユンクリミトレッシング)	マカロニ ドレッシング	イタリアンチキン	コーン キャベツ きゅうり 人参	
16(木)	わかめごはん かき玉汁 	わかめごはん 澱粉	卵 白かまぼこ	人参 長葱 干しいたけ	
小学校 621 kcal 中学校 789 kcal	鶏と野菜の焼きつくね 切干大根のカレー炒め	キャノーラ油 さび砂糖	鶏と野菜の焼きつくね 豚肉 さつま揚げ	切干大根 人参 グリーンピース	
17(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	
小学校 652 kcal 中学校 796 kcal	青のりポテト ゼリー入り フルーツポンチ	フレンチポテト キャノーラ油 はちみつレモンゼリー	青のり 豆乳ゼリー	みかん パイナップル 黄桃	
20(月)	コッペパン チキンクリームシチュー	コッペパン じゃがいも バター	鶏肉 脱脂粉乳 牛乳	玉葱 人参	
小学校 649 kcal 中学校 793 kcal	フランクフルト 野菜サラダ (イタリアンドレッシング)	ドレッシング	フランクフルト	キャベツ 人参・きゅうり コーン	
21(火)	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	
小学校 634 kcal 中学校 802 kcal	鶏肉のごま照り焼き 肉じゃが	じゃがいも さび砂糖	鶏肉のごま照り焼き 豚肉	しらたき 枝豆 玉葱	
22(水)	山菜うどん	うどん さび砂糖	鶏肉 油揚げ 高野豆腐	人参 長葱 干しいたけ 山ふき	
小学校 627 kcal 中学校 783 kcal	白花生コロッケ きゅうりともやしの あえもの	キャノーラ油 さび砂糖 キャノーラ油	白花生コロッケ 焼豚	きゅうり もやし レモン果汁 人参	
23(木)	江別小麦パン ラビオリスープ	江別小麦パン ポークラビオリ		白菜 長葱 人参 コーン	
小学校 586 kcal 中学校 818 kcal	味付き肉団子 豚肉とズッキーニの トマト煮	さび砂糖 小麦粉	味付き肉団子 豚肉	玉葱 ズッキーニ トマト湯むき	
24(金)	ごはん 大豆の磯煮	ごはん じゃがいも さび砂糖	ひじき 焼きちくわ 油揚げ 豚肉・大豆	人参 つきこんにゃく 玉葱	
小学校 644 kcal 中学校 833 kcal	 にしんの甘露煮 小松菜のなめたけあえ		にしんの甘露煮	糸寒天 小松菜・人参 もやし なめ茸	
27(月)	ごはん ズッキーニ入りカレー	ごはん じゃがいも キャノーラ油 小麦粉	豚肉 鶏レバー チーズ	玉葱 人参 ズッキーニ	
小学校 686 kcal 中学校 894 kcal	コーンといんげんの ソテー 冷凍みかん	キャノーラ油	ベーコン	コーン いんげん みかん	
28(火)	コッペパン 大根とミートボールの スープ	コッペパン	鶏と豚のミートボール	大根 玉葱 人参	
小学校 647 kcal 中学校 753 kcal	鮭メンチチーズカツ キャベツと ブロッコリーのサラダ (ユルズドレッシング) レーズンクリーム	キャノーラ油 ドレッシング	鮭メンチチーズカツ ポークハム	ブロッコリー キャベツ 人参	
29(水)	麦ごはん わかめスープ	麦ごはん 澱粉	わかめ 豆腐 白かまぼこ	コーン 人参・長葱 玉葱	
小学校 634 kcal 中学校 877 kcal	焼きギョウザ ピピンパ	さび砂糖 ごま油 白ごま	焼きギョウザ 豚肉 赤みそ	人参 だけのこ もやし・長葱 ほうれん草	
30(木)	ごはん 味噌けんちん汁	ごはん じゃがいも	鶏肉 豆腐 みそ	大根・人参 長葱 ごぼう つきこんにゃく	
小学校 625 kcal 中学校 791 kcal	豆腐のそぼろあん包み 白菜の塩こんぶあえ	ごま油 白ごま	豆腐のそぼろあん包み 塩こんぶ	白菜 人参 きゅうり	

※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）