



# 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	
<b>1(金)</b> ごはん 中華スープ ポークシュウマイ チンジャオロースー	ごはん 春雨	かまぼこ 豆腐	コーン、人参 長葱	ピーマン	<b>12(火)</b> 醤油ラーメン 米粉入り春巻き 華風きゅうり漬け	ラーメン キャノーラ油	豚肉 米粉入り春巻き	たけのこ もやし・人参 玉葱・長葱	きゅうり
小学校 624 kcal 中学校 794 kcal	きび砂糖 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		七つ星いろゼリー	七つ星いろゼリー			
<b>4(月)</b> タマゴソフトパン イタリアンスープ 鶏肉のチーズ焼き コーンといんげんの ソテー	タマゴソフトパン じゃがいも マカロニ	ベーコン	玉葱 人参 枝豆		<b>13(水)</b> ごはん すまし汁 骨に注意して食べましょう さばのみそ煮 じゃがいものそぼろ煮	ごはん 豆腐 白かまぼこ	豆腐 白かまぼこ	ごぼう・人参 干しいたけ こんにゃく 長葱	
小学校 702 kcal 中学校 834 kcal	キャノーラ油	鶏肉のチーズ焼き ポークウインナー	コーン いんげん		じゃがいも きび砂糖・澱粉	じゃがいも きび砂糖・澱粉	豚ひき肉	玉葱 グリーンピース	
<b>5(火)</b> ごはん 鶏肉と大根のみそ煮 和風きんぴら包み焼き 浅漬け	ごはん きび砂糖	五目魚河岸揚げボール 鶏肉 さつまあげ みそ・赤みそ	大根 人参 こんにゃく	大根 きゅうり	<b>14(木)</b> 背割りパン ポークビーンズ フランクフルト 野菜サラダ (コールスロードレッシング)	背割りパン じゃがいも きび砂糖・小麦粉 キャノーラ油	豚肉 ベーコン 大豆	玉葱 人参	大豆 ブロッコリー
小学校 637 kcal 中学校 816 kcal	和風きんぴら包み焼き	和風きんぴら包み焼き	きゅうり キャベツ・人参		ドレッシング	ドレッシング	チキンウインナー	キャベツ 人参 ブロッコリー	
<b>6(水)</b> スパゲティミートソース 星のコロッケ ゼリー入り フルーツポンチ	スパゲティ 小麦粉	豚ひき肉 チーズ	玉葱 人参		<b>15(金)</b> 麦ごはん 豆腐としめじのみそ汁 鶏肉のごま照り焼き 五目きんぴら	麦ごはん 豆腐 油揚げ みそ	豆腐 油揚げ みそ	人参 しめじ 大根・長葱	みそ 大根
小学校 735 kcal 中学校 861 kcal	星のコロッケ キャノーラ油 はちみつレモンゼリー	豆乳ゼリー	みかん パイナップル 黄桃		きび砂糖 キャノーラ油	きび砂糖 キャノーラ油	鶏肉のごま照り焼き 豚肉 ひじき さつま揚げ	ごぼう 人参 しらたき	
<b>7(木)</b> ごはん 茄子と豆腐のみそ汁 骨に注意して食べましょう いわしのみぞれ煮 大豆とひじきの炒め煮	ごはん	豆腐 みそ	揚げ茄子 もやし 人参・長葱	大豆	<b>19(火)</b> ごはん 夏野菜のキーマカレー セミドライソーセージの マリネ 冷凍みかん	ごはん キャノーラ油 小麦粉	豚ひき肉 チーズ	玉葱・コーン ズッキーニ・人参 トマト湯むき	ズッキーニ キャベツ
小学校 663 kcal 中学校 831 kcal	きび砂糖 キャノーラ油	いわしのみぞれ煮 ベーコン・大豆 ひじき・高野豆腐 焼きちくわ	人参		キャノーラ油	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 みかん	
<b>8(金)</b> コッパン コーンスープ あみ焼きハンバーグ 江別小麦ラーメン サラダ (焙煎ごまドレッシング)	コッパン バター	脱脂粉乳 牛乳	玉葱 コーン	きゅうり	<b>20(水)</b> 江別小麦パン ラビオリスープ イタリアンチキン コーンとブロッコリーの ソテー	江別小麦パン ポークラビオリ		白菜・長葱 人参・しめじ 枝豆	ブロッコリー コーン 人参
小学校 622 kcal 中学校 754 kcal	あみ焼きハンバーグ 江別小麦めん ドレッシング	あみ焼きハンバーグ パンパンジーチキン	きゅうり キャベツ 人参		キャノーラ油	キャノーラ油	イタリアンチキン ポークウインナー	ブロッコリー コーン 人参	ブロッコリー
<b>11(月)</b> ごはん マーボー豆腐 えびシュウマイ 大根のナムル	ごはん きび砂糖 澱粉	豆腐・赤みそ 大豆ミート 豚ひき肉	長葱 人参	大根 きゅうり	<b>21(木)</b> 五目うどん 野菜かき揚げ きゅうりともやしの 香味あえ	うどん キャノーラ油	鶏肉 白かまぼこ 油揚げ 高野豆腐	ごぼう 人参 長葱	きゅうり
小学校 665 kcal 中学校 863 kcal	春雨・白ごま きび砂糖 ごま油	白かまぼこ	大根 人参 きゅうり		白ごま きび砂糖 ごま油	白ごま きび砂糖 ごま油	ポークハム	きゅうり もやし 人参	

※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。