



# 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(金) 小学校 624 kcal 中学校 794 kcal	ごはん	ごはん		ピーマン	12(火) 小学校 634 kcal 中学校 772 kcal	醤油ラーメン	ラーメン	豚肉	たけのこ
	中華スープ	春雨	かまぼこ 豆腐			コーン、人参 長葱	米粉入り春巻き	キャノーラ油	米粉入り春巻き
	ポークシュウマイ		ポークシュウマイ			華風きゅうり漬け	きび砂糖		きゅうり
	チンジャオロースー	きび砂糖 澱粉 キャノーラ油	豚肉			七夕星いろゼリー	七夕星いろゼリー		
4(月) 小学校 702 kcal 中学校 834 kcal	タマゴソフトパン	タマゴソフトパン			13(水) 小学校 681 kcal 中学校 848 kcal	ごはん	ごはん		
	イタリアンスープ	じゃがいも マカロニ	ベーコン			玉葱 人参 枝豆	すまし汁		
	鶏肉のチーズ焼き		鶏肉のチーズ焼き			骨に注意して食べましょう			
	コーンといんげんのソテー	キャノーラ油	ポークウインナー			さばのみそ煮		さばのみそ煮	
			コーン			じゃがいものそぼろ煮	じゃがいも きび砂糖・澱粉	豚ひき肉	玉葱 グリーンピース
5(火) 小学校 637 kcal 中学校 816 kcal	ごはん	ごはん		大根	14(木) 小学校 635 kcal 中学校 771 kcal	背割りパン	背割りパン		大豆
	鶏肉と大根のみそ煮	きび砂糖	五目魚河岸揚げボール 鶏肉			大根 人参 こんにゃく	ポークビーンズ	じゃがいも きび砂糖・小麦粉 キャノーラ油	
	和風きんぴら包み焼き		和風きんぴら包み焼き			フランクフルト	フランクフルト		
	浅漬け					野菜サラダ (コールスロートレッシング)	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
6(水) 小学校 735 kcal 中学校 861 kcal	スパゲティミートソース	スパゲティ 小麦粉	豚ひき肉 チーズ	玉葱 人参	15(金) 小学校 662 kcal 中学校 859 kcal	麦ごはん	麦ごはん		みそ
	星のコロッケ	星のコロッケ キャノーラ油				豆腐としめじのみそ汁		豆腐 油揚げ みそ	
	ゼリー入り	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		鶏肉のごま照り焼き		鶏肉のごま照り焼き	
	フルーツポンチ					五目きんぴら	きび砂糖 キャノーラ油	豚肉 ひじき さつま揚げ	ごぼう 人参 しらたき
7(木) 小学校 663 kcal 中学校 831 kcal	ごはん	ごはん		大豆	19(火) 小学校 685 kcal 中学校 892 kcal	ごはん	ごはん		ズッキーニ
	茄子と豆腐のみそ汁		豆腐 みそ			揚げ茄子 もやし 人参・長葱	夏野菜のキーマカレ	キャノーラ油 小麦粉	
	骨に注意して食べましょう					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
	いわしのみぞれ煮		いわしのみぞれ煮			冷凍みかん			みかん
	大豆とひじきの炒め煮	きび砂糖 キャノーラ油	ベーコン・大豆 ひじき・高野豆腐 焼きちくわ	人参		江別小麦パン	江別小麦パン		
8(金) 小学校 622 kcal 中学校 754 kcal	コッパン	コッパン		きゅうり	20(水) 小学校 608 kcal 中学校 759 kcal	江別小麦パン	江別小麦パン		ブロッコリー
	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	
	あみ焼きハンバーグ		あみ焼きハンバーグ			イタリアンチキン		イタリアンチキン	
	江別小麦ラーメン	江別小麦めん	パンパンジーチキン	きゅうり		コーンとブロッコリーの ソテー	キャノーラ油	ポークウインナー	ブロッコリー コーン 人参
	サラダ (焙煎ごまドレッシング)	ドレッシング		キャベツ 人参		五目うどん	うどん	鶏肉 白かまぼこ 油揚げ 高野豆腐	ごぼう 人参 長葱
11(月) 小学校 665 kcal 中学校 863 kcal	ごはん	ごはん		大根	21(木) 小学校 613 kcal 中学校 771 kcal	野菜かき揚げ	キャノーラ油		きゅうり
	マーボー豆腐	きび砂糖 澱粉	豆腐・赤みそ 大豆ミート 豚ひき肉			長葱 人参	きゅうりともやしの 香味あえ	白ごま きび砂糖 ごま油	
	えびシュウマイ		えびシュウマイ						
	大根のナムル	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					

※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。