

9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 病気にかなり にくくするなど	
1(木)	ごはん	ごはん			
	白菜とえのきのみそ汁		豆腐	白菜・えのき	
小学校 632 kcal	鶏肉のごま照り焼き		油揚げ	人参	
	じゃがいものツナ煮	じゃがいも	みそ	長葱	
中学校 799 kcal			鶏肉のごま照り焼き		
2(金)	タマゴソフトパン	タマゴソフトパン			
	キヌア入りスープ	キヌア	ポークウィンナー	人参	
小学校 677 kcal	あみ焼きハンバーグ		豆腐	玉葱	
	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	みそ	長葱	
中学校 808 kcal		白ごま	ハンパンジーチキン	きゅうり	
5(月)	ごはん	ごはん			
	マーボー豆腐	きび砂糖	豆腐・おから	長葱	
小学校 648 kcal	ポークシュウマイ		豚ひき肉	人参	
	大根のナムル	春雨・白ごま	赤みそ		
中学校 845 kcal		きび砂糖	ポークシュウマイ		
7(水)	コッペパン	コッペパン			
	ポークビーンズ	じゃがいも	豚肉	人参	
小学校 622 kcal	味付き肉団子	小麦粉・きび砂糖	ベーコン	玉葱	
	セミドライソーセージの マリネ	キャノーラ油	大豆		
中学校 837 kcal			味付き肉団子		
8(木)	ごはん	ごはん			
	じゃがいもともずく みそ汁	じゃがいも	もずく	人参	
小学校 703 kcal	いわしのみぞれ煮		油揚げ	長葱	
	豚肉の生姜煮	きび砂糖	みそ		
中学校 876 kcal		キャノーラ油	いわしのみぞれ煮		
9(金)	ジャージャー麺	ラーメン・ごま油	豚ひき肉	玉葱・人参	
	さつまいもコロッケ	きび砂糖・澱粉	赤みそ	だけのこ	
小学校 723 kcal	もやしとじゃこのあえもの	キャノーラ油		干しいたけ	
	十五夜ゼリー	さつまいもコロッケ			
中学校 840 kcal		キャノーラ油	ちりめん	もやし・人参	
12(月)	胚芽スライスパン	胚芽スライスパン			
	白花豆入り クリームシチュー	バター	鶏肉・ベーコン	玉葱	
小学校 696 kcal	チキン豆腐ハンバーグ		白大豆といんげんのペースト	人参	
	野菜の レモンドレッシングあえ	ドレッシング	脱脂粉乳・牛乳	枝豆	
中学校 845 kcal		いちごジャム	チキン豆腐ハンバーグ		
13(火)	ごはん	ごはん			
	しめじと大根のみそ汁		油揚げ	人参・大根	
小学校 695 kcal	さばの塩焼き		みそ	しめじ・長葱	
	大豆とひじきの炒め煮	きび砂糖	ベーコン	人参	
中学校 859 kcal		キャノーラ油	ひじき・大豆		
14(水)	黒糖パン	黒糖パン			
	コーンスープ	バター	脱脂粉乳	玉葱	
小学校 678 kcal	イタリアンチキン		牛乳	コーン	
	グリーンサラダ (コールスロッドレッシング)	ドレッシング			
中学校 813 kcal			イタリアンチキン		
15(木)	ごはん	ごはん			
	春雨スープ	春雨	ベーコン	だけのこ・人参	
小学校 617 kcal	ショーロンポー			もやし	
	ホイコーロー	澱粉	豚肉	長葱	
中学校 797 kcal		きび砂糖	厚揚げ	干しいたけ	
			赤みそ	ピーマン	
16(金)	カレーうどん	うどん	鶏肉	玉葱	
	野菜メンチカツ	澱粉	油揚げ	人参	
小学校 713 kcal	きゅうりともやしの あえもの	キャノーラ油	野菜メンチカツ	長葱	
		きび砂糖	焼豚	きゅうり	
中学校 823 kcal		キャノーラ油		もやし	
20(火)	スパゲティミートソース	スパゲティ	豚ひき肉	玉葱	
	フルーツゼリー	小麦粉	鶏レバー	人参	
小学校 689 kcal	ゼリー入り フルーツポンチ		チーズ		
		フルーツゼリー		みかん	
中学校 813 kcal		フルーツゼリー		パイナップル	
21(水)	ごはん	ごはん			
	湯葉とオクラの すまし汁		湯葉	オクラ・人参	
小学校 687 kcal	さばの和風カレー煮		豆腐	長葱	
	豚肉とごぼうの ごまみそ煮	きび砂糖	白かまぼこ	だけのこ	
中学校 855 kcal		キャノーラ油	さばの和風カレー煮		
22(木)	ごはん	ごはん			
	味噌けんちん汁	じゃがいも	豚肉	大根・人参	
小学校 625 kcal	豆腐のそぼろあん包み		豆腐	長葱	
	キャベツの 塩こんぶあえ	ごま油	みそ	つきこんにやく	
中学校 793 kcal		白ごま	豆腐のそぼろあん包み		
26(月)	コッペパン	コッペパン			
	野菜コンソメスープ		ポークウィンナー	キャベツ	
小学校 590 kcal	肉団子のケチャップあん			玉葱・人参	
	ジャーマンポテト	じゃがいも	ベーコン	コーン	
中学校 766 kcal		きび砂糖・バター	肉団子のケチャップあん		
27(火)	麦ごはん	麦ごはん			
	ハヤシライス	じゃがいも	豚肉	玉葱	
小学校 693 kcal	海藻サラダ (青じそドレッシング)		チーズ	人参	
	ラ・フランス缶	ドレッシング	脱脂粉乳		
中学校 917 kcal		海藻		キャベツ	
28(水)	江別小麦パン	江別小麦パン			
	レタスのミネストローネ	じゃがいも	ベーコン	人参・玉葱	
小学校 633 kcal	つくねハンバーグ			レタス	
	コーンと枝豆のソテー	キャノーラ油	チキンウィンナー	トマト湯むき	
中学校 792 kcal				枝豆	
29(木)	味噌ラーメン	ラーメン	豚肉	だけのこ	
	ジャンボギョウザ		赤みそ	もやし	
小学校 623 kcal	浅漬け	キャノーラ油		人参・玉葱	
	(中)アセロラゼリー	白ごま		長葱・生姜	
中学校 750 kcal			ジャンボギョウザ		
30(金)	ごはん	ごはん			
	中華スープ	春雨	豆腐	人参	
小学校 585 kcal	コーンのつまみ揚げ		ベーコン	長葱	
	チンジャオロースー	きび砂糖	コーンのつまみ揚げ		
中学校 785 kcal		キャノーラ油	チンジャオロースー		

※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)