

9月予定こんだて表

江別市立学校給食センター
 対応調理場 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(木) タマゴソフトパン キヌア入りスープ	タマゴソフトパン			
	キヌア	ポークウィンナー 豆腐	人参 玉葱 長葱	
小学校 677 kcal	あみ焼きハンバーグ	あみ焼きハンバーグ		
中学校 808 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 パンパンジーチキン 白ごま ドレッシング	きゅうり キャベツ 人参	
2(金) ごはん 春雨スープ	ごはん	ごはん		
	春雨	ベーコン	たけのこ・人参 もやし 長葱	
小学校 617 kcal	ショーロンポー	ショーロンポー		
中学校 797 kcal	ホイコーロー	澱粉 豚肉 きび砂糖	キャベツ・長葱 厚揚げ 干しいたけ ピーマン	
5(月) ジャージャー麺	ラーメン・ごま油	豚ひき肉	玉葱・人参	
	きび砂糖・澱粉	赤みそ	たけのこ 干しいたけ	
小学校 723 kcal	さつまいもコロッケ	さつまいもコロッケ		
中学校 840 kcal	もやしとじゃこのあえもの	キャノーラ油 きび砂糖	キャノーラ油 ちりめん もやし・人参 きゅうり	
7(水) ごはん じゃがいもともずくの みそ汁	ごはん	ごはん		
	じゃがいも	もずく 油揚げ みそ	人参 長葱	
小学校 703 kcal	いわしのみぞれ煮	いわしのみぞれ煮		
中学校 876 kcal	豚肉の生姜煮	きび砂糖 キャノーラ油	豚肉 白かまぼこ 玉葱・人参 つきこんにやく 生姜	
8(木) コッペパン ポークピーンズ	コッペパン	コッペパン		
	じゃがいも	豚肉 小麦粉・きび砂糖 キャノーラ油	人参 玉葱 大豆	
小学校 622 kcal	味付き肉団子	味付き肉団子		
中学校 837 kcal	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 人参・玉葱 レモン果汁	
9(金) ごはん マーボー豆腐	ごはん	ごはん		
	きび砂糖	豆腐・おから 澱粉	長葱 人参	
小学校 648 kcal	ポークシュウマイ	ポークシュウマイ		
中学校 845 kcal	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	
12(月) ごはん 白菜とえのきのみそ汁	ごはん	ごはん		
	豆腐	油揚げ みそ	白菜・えのき 人参 長葱	
小学校 632 kcal	鶏肉のごま照り焼き	鶏肉のごま照り焼き		
中学校 799 kcal	じゃがいものツナ煮	じゃがいも きび砂糖	まぐろ水煮 玉葱 グリーンピース	
13(火) スパゲティミートソース	スパゲティ	豚ひき肉	玉葱	
	小麦粉	鶏レバー チーズ	人参	
小学校 689 kcal	フランクフルト	フランクフルト		
中学校 813 kcal	ゼリー入り フルーツポンチ	カクテルゼリー	みかん パイナップル 黄桃	
14(水) ごはん 中華スープ	ごはん	ごはん		
	春雨	豆腐 ベーコン	人参 長葱	
小学校 585 kcal	コーンのつまみ揚げ	コーンのつまみ揚げ		
中学校 785 kcal	チンジャオロースー	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	
15(木) 黒糖パン コーンスープ	黒糖パン	黒糖パン		
	バター	脱脂粉乳 牛乳	玉葱 コーン	
小学校 678 kcal	イタリアンチキン	イタリアンチキン		
中学校 813 kcal	グリーンサラダ (コールスロドレッシング)	ドレッシング	キャベツ ブロッコリー きゅうり	

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	
16(金) ごはん 湯葉とオクラの すまし汁	ごはん	ごはん		
	湯葉	豆腐 白かまぼこ	オクラ・人参 長葱 たけのこ	
小学校 687 kcal	さばの和風カレー煮	さばの和風カレー煮		
中学校 855 kcal	豚肉とごぼうの ごまみそ煮	きび砂糖 キャノーラ油 白ごま	豚肉 ごぼう・人参 赤みそ ピーマン しらたき	
20(火) ごはん 味噌けんちん汁	ごはん	ごはん		
	じゃがいも	豚肉 豆腐 みそ	大根・人参 長葱 つきこんにやく	
小学校 625 kcal	豆腐のそぼろあん包み	豆腐のそぼろあん包み		
中学校 793 kcal	キャベツの 塩こんぶあえ	ごま油 白ごま	キャベツ 塩こんぶ 人参 きゅうり	
21(水) カレーうどん	うどん	うどん		
	澱粉	鶏肉 油揚げ 焼きちくわ	玉葱 人参 長葱	
小学校 713 kcal	野菜メンチカツ	キャノーラ油		
中学校 823 kcal	きゅうりともやしの あえもの	きび砂糖 キャノーラ油	焼豚 きゅうり もやし レモン果汁 人参	
22(木) 江別小麦パン レタスのミネストローネ	江別小麦パン	江別小麦パン		
	じゃがいも	ベーコン	人参・玉葱 レタス トマト湯むき	
小学校 633 kcal	つくねハンバーグ	つくねハンバーグ		
中学校 792 kcal	コーンと枝豆のソテー	キャノーラ油	チキンウィンナー コーン 枝豆 レタス	
26(月) 麦ごはん ハヤシライス	麦ごはん	麦ごはん		
	じゃがいも	豚肉 チーズ 脱脂粉乳	玉葱 人参	
小学校 693 kcal	海藻サラダ (青じそドレッシング)	ドレッシング		
中学校 917 kcal	ラ・フランス缶	キャノーラ油	海藻 キャベツ きゅうり 人参 ラ・フランス	
27(火) コッペパン 野菜コンソメスープ	コッペパン	コッペパン		
	ポークウィンナー	キャベツ 玉葱・人参 コーン		
小学校 590 kcal	肉団子のケチャップあん	肉団子のケチャップあん		
中学校 766 kcal	ジャーマンポテト	じゃがいも きび砂糖・バター	ベーコン 玉葱 パセリ	
28(水) ごはん しめじと大根のみそ汁	ごはん	ごはん		
	油揚げ みそ	人参・大根 しめじ・長葱		
小学校 695 kcal	さばの塩焼き	さばの塩焼き		
中学校 859 kcal	大豆とひじきの炒め煮	きび砂糖 キャノーラ油	ベーコン 人参 ひじき・大豆 高野豆腐 焼きちくわ	
29(木) 胚芽スライスパン 白花豆入り クリームシチュー	胚芽スライスパン	胚芽スライスパン		
	バター	鶏肉・ベーコン 白花豆といんげんのペースト 脱脂粉乳・牛乳	玉葱 人参 枝豆	
小学校 696 kcal	チキン豆腐ハンバーグ	チキン豆腐ハンバーグ		
中学校 845 kcal	野菜の レモンドレッシングあえ いちごジャム	ドレッシング	イチゴジャム キャベツ・人参 きゅうり	
30(金) 味噌ラーメン	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・生姜		
小学校 623 kcal	ジャンボギョウザ	キャノーラ油		
中学校 750 kcal	浅漬け	白ごま	キャベツ きゅうり・人参	
(中)アセロラゼリー	アセロラゼリー			

※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)