

10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	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			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	
3(月)	ごはん	ごはん			19(水)	ごはん	ごはん		
	豆腐の中華煮	きび砂糖 豆腐	玉葱・たけのこ	玉葱		たら団子汁	じゃがいも	野菜入りたらボール	人参・玉葱
小学校 624 kcal	鶏肉と野菜の焼きつくね	鶏肉と野菜の焼きつくね	人参・チンゲンサイ	人参	厚焼き卵	厚焼き卵			人参
中学校 807 kcal	春雨サラダ	春雨	もやし・人参	人参	〔◎代替〕焼きかまぼこ	〔代替 焼きかまぼこ〕			人参
4(火)	ココアパン	ココアパン			20(木)	ごはん	ごはん		
	マカロニのクリーム煮	じゃがいも バター マカロニ	鶏肉 牛乳 人参	じゃがいも 人参		わかめスープ	わかめ	人参	人参
小学校 715 kcal	いかメンチカツ	キャノーラ油 いかメンチカツ		人参	骨に注意して食べましょう	骨に注意して食べましょう			
中学校 872 kcal	紫玉葱と大根のマリネ	キャノーラ油 セミドライソーセージ	大根・紫玉葱	大根	ぶりカツ	キャノーラ油 ぶりカツ			人参
		きび砂糖	きゅうり	人参	チャブチェ	マロニー きび砂糖・ごま油 キャノーラ油	豚肉	人参・小松菜	人参
			レモン果汁	人参			ひじき	長葱	人参
5(水)	ごはん	ごはん			21(金)	江別小麦パン	江別小麦パン		
	ワンタンスープ	肉入りワンタン	白菜 人参 長葱	白菜 人参 長葱		ミートボールスープ	春雨	ミートボール	大根 人参・長葱
小学校 613 kcal	五目野菜肉団子	五目野菜肉団子		人参	鶏肉のチーズ焼き	鶏肉のチーズ焼き			人参
中学校 838 kcal	豚肉とブロッコリーの中華炒め	マロニー きび砂糖・ごま油 キャノーラ油	豚肉 ブロッコリー	人参	パンネソテー	パンネ	ベーコン	玉葱	人参
			玉葱・生姜	人参		きび砂糖		ピーマン	人参
			たけのこ	人参	ミルク(ココア)	キャノーラ油		コーン	人参
				人参		ミルク			人参
6(木)	きのこあんかけうどん	うどん	鶏肉 干しいたけ	人参	24(月)	ごはん	ごはん		
	もちいなり	もちいなり	つと 高野豆腐	人参		うずら卵入りおでん	きび砂糖	五目魚河岸揚げボール	こんにゃく
小学校 648 kcal	華風きゅうり漬	きび砂糖	きゅうり	人参	卵除去食対応	卵除去食対応			人参
中学校 749 kcal	グレープゼリー	グレープゼリー		人参	ポークシュウマイ	ポークシュウマイ			人参
				人参	きゅうりの梅おかかあえ	きび砂糖	焼きちくわ	きゅうり・もやし	人参
				人参			かつお削り節	梅肉	人参
11(火)	コッペパン	コッペパン			25(火)	麦ごはん	麦ごはん		
	秋の味覚シチュー	バター	鶏肉 人参・玉葱	人参		白菜のみそ汁	油揚げ	白菜・ごぼう	人参
小学校 724 kcal	ハンバーグのケチャップソースがけ	きび砂糖	ハンバーグ	人参	骨に注意して食べましょう	骨に注意して食べましょう			人参
中学校 865 kcal	コーンとウインナーのソテー	キャノーラ油	チキンウインナー	人参	あじフライ(ソース)	キャノーラ油	あじフライ		人参
			コーン	人参	切干大根の煮物	キャノーラ油	鶏肉	切干大根	人参
			ピーマン	人参		きび砂糖	さつま揚げ	人参	人参
12(水)	ごはん	ごはん			26(水)	ごまロールパン	ごまロールパン		
	大豆の磯煮	じゃがいも きび砂糖	ひじき・大豆 人参	じゃがいも 人参		野菜コンソメスープ	じゃがいも	ベーコン	玉葱 人参
小学校 682 kcal	骨に注意して食べましょう	骨に注意して食べましょう		人参	照り焼きチキンハンバーグ	照り焼きチキンハンバーグ			人参
中学校 870 kcal	ほっけ西京フライ	キャノーラ油	ほっけ西京フライ	人参	イタリアンサラダ(イタリアンドレッシング)	ドレッシング	セミドライソーセージ	キャベツ	人参
			きゅうり	人参				人参	人参
			キャベツ	人参	(中)プレーンヨーグルト	プレーンヨーグルト			人参
13(木)	コッペパン	コッペパン			27(木)	醤油ラーメン	ラーメン	焼豚	たけのこ
	ラビオリスープ	ポークラビオリ	大根・玉葱・長葱 人参・コーン	大根 人参 玉葱		ちくわチーズの磯辺揚げ	キャノーラ油	ちくわチーズの磯辺揚げ	人参
小学校 682 kcal	イタリアンチキン	イタリアンチキン		人参	おかかサラダ	きび砂糖	かつお削り節	大根	人参
中学校 789 kcal	ハムのマリネ	キャノーラ油	ポークハム	人参		キャノーラ油		きゅうり	人参
			キャベツ	人参				キャベツ	人参
			玉葱・レモン果汁	人参					人参
				人参					人参
17(月)	ごはん	ごはん			28(金)	ごはん	ごはん		
	じゃがいもとわかめのみそ汁	じゃがいも	油揚げ わかめ 人参	じゃがいも		江別の実りカレー	キャノーラ油	鶏肉	玉葱
小学校 660 kcal	骨に注意して食べましょう	骨に注意して食べましょう		人参	コーンといんげんのソテー	キャノーラ油	チキンウインナー	コーン	人参
中学校 827 kcal	さばのみぞれ煮	さばのみぞれ煮		人参	りんご			りんご	人参
			人参	人参					人参
			人参	人参					人参
			人参	人参					人参
18(火)	スパゲティミートソース	スパゲティ	豚ひき肉 人参	人参	31(月)	背割りパン	背割りパン		
	白花豆コロッケ	キャノーラ油	白花豆コロッケ	人参		焼きそば	ラーメン	ベーコン	人参
小学校 701 kcal	甘夏ゼリーのフルーツあえ	甘夏ゼリー	黄桃	人参	フランフルト	フランフルト			人参
中学校 886 kcal			人参	人参	ごぼうサラダ	ごぼう			人参
				人参					人参
				人参					人参
				人参					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。
 (江別産の野菜を使用する日は絵で表示しています)