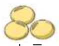
12月予定こんだて表

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

日	献立	食品 エネルギーになる 熱や力	食品 体をつくる 筋肉・骨・歯・血など	食品 体の調子を整える 病気にかかりにくくするなど	江別産使用
1(木) 小学校 618 kcal 中学校 748 kcal	背割りパン	背割りパン			 玉 葱
	コーンスープ	バター	脱脂粉乳 牛乳	玉葱 コーン	
	フランクフルト		フランクフルト		
	大根とハムのサラダ (焙煎ごまﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ)	ドレッシング	ポークハム	大根 きゅうり 人参	
2(金) 小学校 585 kcal 中学校 762 kcal	ごはん	ごはん			 み そ 白 菜
	豆腐としめじのみそ汁		豆腐・みそ 油揚げ	人参・白菜 しめじ・長葱	
	厚焼き卵 [代替 笹かまぼこ]		厚焼き卵 [代替 笹かまぼこ]		
	五目きんぴら	きび砂糖 キャノーラ油 白ごま	豚肉 ひじき さつま揚げ	ごぼう 人参 しらたき	
5(月) 小学校 685 kcal 中学校 793 kcal	コッペパン	コッペパン			 白 菜 玉 葱
	えびボールスープ	春雨	えびボール	白菜 人参 長葱	
	ハムチーズサンドフライ	キャノーラ油	ハムチーズサンドフライ		
	ペンネソテー	ペンネ きび砂糖 キャノーラ油	ベーコン	玉葱 ピーマン 人参	
6(火) 小学校 665 kcal 中学校 866 kcal	ごはん	ごはん			
	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	
	ポークシュウマイ		ポークシュウマイ		
	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 もやし	
7(水) 小学校 690 kcal 中学校 783 kcal	かしわうどん	うどん	鶏肉 焼きちくわ 高野豆腐	たもぎ茸 人参 長葱	 キャベツ
	さつまパイ	さつまパイ キャノーラ油			
	梅入り浅漬け	きび砂糖		きゅうり・人参 キャベツ・梅肉	
	型抜きチーズ		型抜きチーズ		
8(木) 小学校 660 kcal 中学校 834 kcal	ごはん	ごはん			
	吉野汁	澱粉	鶏肉 豆腐	たけのこ 人参・長葱 干ししいたけ	
	骨に注意して食べましょう いわしのみぞれ煮		いわしのみぞれ煮		
	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 赤みそ	ごぼう・人参 ピーマン しらたき	
9(金) 小学校 728 kcal 中学校 907 kcal	江別小麦パン	江別小麦パン			 じゃがいも  大 豆 玉 葱 キャベツ
	ポークビーンズ	じゃがいも 小麦粉・きび砂糖 キャノーラ油	豚肉 ベーコン 大豆	玉葱 人参	
	あみ焼きハンバーグ		あみ焼きハンバーグ		
	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	コーン・キャベツ きゅうり・人参	
	はちみつレモンゼリー	はちみつレモンゼリー			
12(月) 小学校 655 kcal 中学校 828 kcal	ごはん	ごはん			 玉 葱
	もやしと油揚げのみそ汁		油揚げ 豆腐 みそ	もやし 人参 長葱	
	鶏肉のごま照り焼き		鶏肉のごま照り焼き		
	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 つきこんにゃく 生姜	
13(火) 小学校 715 kcal 中学校 898 kcal	黒糖パン	黒糖パン			 玉 葱
	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	
	肉団子のケチャップあん		肉団子のケチャップあん		
	ごぼうサラダ	ドレッシング		ごぼう・人参 きゅうり	
	カップ入りレアチーズ(苺)	カップ入りレアチーズ(苺)			

日	献立	食品 エネルギーになる 熱や力	食品 体をつくる 筋肉・骨・歯・血など	食品 体の調子を整える 病気にかかりにくくするなど	江別産使用
14(水) 小学校 667 kcal 中学校 835 kcal	ごはん	ごはん			 白 菜
	中華スープ	春雨	豆腐 かまぼこ	白菜・人参 長葱	
	えびシュウマイ		えびシュウマイ		
	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 干ししいたけ ピーマン	
15(木) 小学校 731 kcal 中学校 856 kcal	スパゲティミートソース	スパゲティ 小麦粉	豚ひき肉 鶏レバー チーズ	玉葱 人参	 玉 葱
	星のコロッケ	星のコロッケ キャノーラ油			
	ゆずゼリー入り フルーツポンチ	ゆずゼリー	豆乳ゼリー	パイン 黄桃	
16(金) 小学校 669 kcal 中学校 867 kcal	ごはん	ごはん			
	うずら卵入りおでん 卵除去食対応	きび砂糖	五目魚河岸揚げボール 高野豆腐・昆布 うずら卵	こんにゃく たけのこ 山ふき・大根	
	骨に注意して食べましょう にしんの甘露煮		にしんの甘露煮		
	きゅうりともやしの 香味あえ	白ごま きび砂糖 ごま油	焼豚	きゅうり もやし・人参 レモン果汁	
19(月) 小学校 621 kcal 中学校 804 kcal	胚芽スライスパン	胚芽スライスパン			 じゃがいも 玉 葱
	大根とベーコンの スープ		ベーコン	大根・玉葱 人参	
	野菜入り肉団子		野菜入り肉団子		
	チーズ入り マッシュポテト	じゃがいも 砂糖	牛乳 チーズ 生クリーム		
	いちごジャム	いちごジャム			
20(火) 小学校 676 kcal 中学校 842 kcal	ごはん	ごはん			 大 豆
	かぼちゃ団子汁		白かまぼこ	かぼちゃもち 干ししいたけ 人参・ごぼう 長葱・大根	
	骨に注意して食べましょう さばのみそ煮		さばのみそ煮		
	大豆とひじきの炒め煮	きび砂糖 キャノーラ油	ひじき・高野豆腐 大豆・焼きちくわ	人参	
21(水) 小学校 677 kcal 中学校 790 kcal	コッペパン	コッペパン			 じゃがいも 玉 葱
	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 いんげん	
	鶏肉のチーズ焼き		鶏肉のチーズ焼き		
	コーンと枝豆の ソテー	キャノーラ油	チキンウインナー	コーン 枝豆	
	クリスマスケーキ	クリスマスケーキ			
22(木) 小学校 721 kcal 中学校 967 kcal	麦ごはん	麦ごはん			 じゃがいも ヤーコン キャベツ 玉 葱
	ヤーコンの入った ポークカレー	じゃがいも キャノーラ油 小麦粉	豚肉・チーズ 鶏レバー 脱脂粉乳	ヤーコン 玉葱 人参	
	ハムのマリネ	キャノーラ油	ポークハム	キャベツ・人参 パセリ・玉葱 レモン果汁	
	みかん			みかん	
23(金) 小学校 659 kcal 中学校 747 kcal	醤油ラーメン	ラーメン	豚肉	たけのこ もやし 人参・玉葱 長葱	 玉 葱
	米粉入り春巻き	キャノーラ油	米粉入り春巻き		
	華風きゅうり漬け	きび砂糖 ごま油 白ごま		きゅうり 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)