



1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		
16(月) 小学校 666 kcal 中学校 764 kcal	塩ワタンメン	ラーメン	豚肉 肉入りワタン	たけのこ もやし・人参 玉葱・長葱	24(火) 小学校 626 kcal 中学校 765 kcal	五目うどん	うどん	鶏肉・油揚げ 白かまぼこ 高野豆腐	ごぼう 人参 長葱	
	鶏と野菜の焼きつくね		鶏と野菜の焼きつくね			えび天ぷら	キャノーラ油	えび天ぷら		
	小松菜のナムル	春雨・ごま油	白かまぼこ	小松菜		焼豚ときゅうりの ごま酢あえ	白ごま ごま油 きび砂糖	焼豚	きゅうり もやし 人参	
	お米のタルト(ブルーベリー)	お米のタルト				(中)ベビーチーズ		ベビーチーズ		
17(火) 小学校 704 kcal 中学校 872 kcal	ごはん	ごはん			25(水) 小学校 670 kcal 中学校 873 kcal	ごはん	ごはん			じゃがいも みそ
	じゃがいもとふのりの みそ汁	じゃがいも	ふのり	人参		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	玉葱 人参	
	さばの塩焼き		さばの塩焼き			コールスローサラダ (コールスロードレッシング)	ドレッシング	ポークハム	キャベツ 人参 きゅうり	
	五目うの花炒め	キャノーラ油	おから	しらたき		みかん			みかん	
18(水) 小学校 631 kcal 中学校 831 kcal	タマゴソフトパン	タマゴソフトパン			26(木) 小学校 647 kcal 中学校 759 kcal	バーガーパン	バーガーパン			じゃがいも 玉葱
	ウインナースープ	じゃがいも	ウインナー	玉葱 人参 枝豆		豆腐入り野菜スープ		ベーコン 豆腐	コーン 人参・長葱 玉葱	
	味付き肉団子		味付き肉団子			照り焼きチキンハンバーグ		照り焼きチキンハンバーグ		
	野菜の レモンドレッシングあえ	ドレッシング		キャベツ 人参 きゅうり		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		
19(木) 小学校 676 kcal 中学校 847 kcal	ごはん	ごはん			27(金) 小学校 706 kcal 中学校 892 kcal	ごはん	ごはん			大豆 キャベツ
	キャベツと油揚げの みそ汁		油揚げ	キャベツ		お雑煮	餅	鶏肉 つと	大根・人参 ごぼう・長葱	
	ほっけフライ	キャノーラ油	ほっけフライ			五目たまご焼き		五目たまご焼き		
	大豆とひじきの炒め煮	きび砂糖 キャノーラ油	ベーコン ひじき・大豆	人参		【◎代替】笹かまぼこ		【代替】笹かまぼこ		
20(金) 小学校 625 kcal 中学校 796 kcal	江別小麦パン	江別小麦パン			30(月) 小学校 704 kcal 中学校 854 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	じゃがいも 大豆 玉葱
	大豆たっぷり トマトシチュー	じゃがいも きび砂糖・小麦粉 キャノーラ油	大豆 ベーコン	人参 玉葱 枝豆		鮭キャベツカツ	キャノーラ油	鮭キャベツカツ		
	フランクフルト		フランクフルト			ゼリー入り フルーツポンチ	カクテルゼリー		みかん パイ 黄桃	
	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 白ごま ドレッシング	ハンパンジーチキン	きゅうり キャベツ 人参						
23(月) 小学校 624 kcal 中学校 788 kcal	ごはん	ごはん			31(火) 小学校 638 kcal 中学校 829 kcal	麦ごはん	麦ごはん			玉葱
	かき玉汁	澱粉	卵	人参 長葱 干しいたけ		わかめスープ		わかめ 豆腐 白かまぼこ	コーン 人参・長葱 玉葱	
	豆腐のそぼろあん包み 切干大根の煮物	キャノーラ油 きび砂糖	豆腐のそぼろあん包み 鶏肉	切干大根 人参		ポークシュウマイ ピピンバ	きび砂糖 ごま油 白ごま	ポークシュウマイ 豚肉 赤みそ	人参・たけのこ もやし・長葱 ほうれん草	

※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)