



3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	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	
1(水) バーガーパン 大根とベーコンの スープ 小学校 645 kcal かつおカツ 野菜サラダ (和風ごまドレッシング) スライスチーズ 中学校 747 kcal	バーガーパン	ベーコン	大根 玉葱 人参		13(月) 麦ごはん ポークカレー 小学校 729 kcal えびフライ 清見オレンジ 中学校 961 kcal	麦ごはん 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 えびフライ	玉葱 人参 清見オレンジ	玉葱
2(木) ごはん 湯葉入りかき玉汁 小学校 687 kcal さばのみそ煮 ふきの炒め煮 中学校 852 kcal ひなあられ	ごはん 澱粉	湯葉 卵 白かまぼこ	人参 長葱 たけのこ		14(火) 黒糖パン 豆腐入り野菜スープ 小学校 769 kcal イタリアンチキン チーズ入りポテト (マヨネーズ) ミニフルーツクレープ 中学校 880 kcal	黒糖パン	ベーコン 豆腐 白かまぼこ イタリアンチキン チーズ	コーン・人参 長葱 玉葱 パセリ	玉葱
3(金) タマゴソフトパン 大豆たっぷり ピーシチュー 小学校 779 kcal 照り焼きチキンハンバーグ イタリアンサラダ (イタリアンドレッシング) 中学校 941 kcal	タマゴソフトパン じゃがいも きび砂糖・小麦粉 キャノーラ油	牛肉 大豆	玉葱 セロリ 人参		15(水) ごはん じゃがいもともずくの みそ汁 骨に注意して食べましょう いわしの梅煮 炒め納豆 いちごゼリー 小学校 718 kcal 中学校 901 kcal	ごはん じゃがいも	もずく 油揚げ みそ いわしの梅煮 豚ひき肉 ひきわり納豆	人参 長葱 玉葱・人参 ピーマン	みそ 玉葱
6(月) ごはん カレー豆腐 小学校 720 kcal えびシュウマイ 大根のナムル 中学校 916 kcal	ごはん キャノーラ油 きび砂糖 澱粉	豆腐 豚肉	長葱 玉葱 人参		16(木) スパゲティミートソース 小学校 719 kcal チキンカツ さつまいもマッシュ 中学校 845 kcal	スパゲティ 小麦粉 キャノーラ油	豚ひき肉 牛ひき肉 鶏レバー チキンカツ さつまいも 生クリーム	玉葱 人参	玉葱
7(火) ごまロールパン ワンタンスープ 小学校 625 kcal 肉団子のケチャップあん 杏仁豆腐入り フルーツあえ 中学校 747 kcal	ごまロールパン	肉入りワンタン	白菜・人参 たけのこ 長葱		17(金) スライスパン クリームシチュー 小学校 686 kcal ほうれん草オムレツ [◎代替 笹かまぼこ] ハムのマリネ みかんジャム 中学校 827 kcal	スライスパン じゃがいも バター キャノーラ油	ベーコン・牛乳 脱脂粉乳 ほうれん草オムレツ ポークハム	玉葱 人参 キャベツ・人参・玉葱 パセリ・レモン果汁	玉葱
8(水) 赤飯 小袋ごま塩 吉野汁 小学校 694 kcal いかの西京焼き れんこんきんぴら 中学校 868 kcal はちみつレモンゼリー	赤飯・キャノーラ油 ごま塩 澱粉	小豆 鶏肉 豆腐	たけのこ・人参 干しいたけ・長葱		20(月) ごはん すき焼き 小学校 683 kcal 豆腐のそぼろあん包み 浅漬け 中学校 875 kcal	ごはん きび砂糖	豚肉 高野豆腐 焼き豆腐 豆腐のそぼろあん包み	しらたき 玉葱・長葱 たもぎ草 きゅうり キャベツ 人参	玉葱
9(木) チャーシューメン 小学校 662 kcal たこメンチカツ ハリハリ漬け 中学校 748 kcal 豆乳プリン	ラーメン キャノーラ油 きび砂糖 ごま油 白ごま	焼豚 たこメンチカツ 糸切り昆布	たけのこ もやし・人参 玉葱・長葱 切干大根 きゅうり 人参	玉葱	22(水) 五目うどん 小学校 726 kcal 肉詰めいなり きなこ団子 中学校 847 kcal	うどん 白玉餅 砂糖	鶏肉 白かまぼこ 高野豆腐 肉詰めいなり きなこ	たけのこ ごぼう 人参 長葱	
10(金) ごはん 味噌けんちん汁 骨に注意して食べましょう 鮭の塩焼き 大豆とひじきの炒め煮 のり佃煮 小学校 631 kcal 中学校 802 kcal	ごはん じゃがいも きび砂糖 キャノーラ油	豚肉 豆腐 みそ 鮭の塩焼き ひじき・高野豆腐 大豆・焼きちくわ	大根・人参 長葱・ごぼう つきこんにゃく 人参	大豆	23(木) 麦ごはん 中華スープ 小学校 694 kcal 焼きギョウザ ピピンバ 中学校 889 kcal	麦ごはん 春雨 澱粉 きび砂糖 ごま油 白ごま	豆腐 かまぼこ 焼きギョウザ 豚肉 赤みそ	人参 長葱 人参・たけのこ もやし ほうれん草 長葱	

※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)