

3月子定こんだて表 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

			食品					食品			
	献立	エネルギーになる 熱や力		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	献立		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	江別産 使用
د داما	バーガーパン	バーガーパン				40/8	麦ごはん	麦ごはん			
1(水)	大根とベーコンの		ベーコン	大根		13(月)	ポークカレー	じゃがいも	豚肉	玉葱	1
	スープ			玉葱				キャノーラ油	チーズ	人参	
				人参				小麦粉	鶏レバー		
小学校	 かつおカツ	キャノーラ油	かつおカツ	,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,		11,224+2		13 243	脱脂粉乳		
小学校 645 kcal	野菜サラダ	ドレッシング	ポークハム	キャベツ・人参	1	小学校 729 kcal	えびフライ	キャノーラ油	えびフライ		玉葱
	【和風ごまドレッシング)		// <i>J</i> // <i>A</i>	きゅうり・コーン			<u>//</u> 清見オレンジ	7 7 7 1	70001	連目 オレン(ご)	-
中学校 747 kcal				3000-1-2		中学校 961 kcal	月兄オレノン			清見オレンジ	
141 KGai	スライスチーズ		スライスチーズ								
2(木)	ごはん	ごはん	ļ		4	14(水)	黒糖パン 豆腐入り野菜スープ	黒糖パン	 	 	4
	湯葉入りかき玉汁	澱粉	湯葉	人参		17()()	豆腐入り野菜スープ		ベーコン	コーン・人参	
			DD	長葱					豆腐	長葱	
			白かまぼこ	たけのこ					白かまぼこ	玉葱	
小学校	さばのみそ煮		さばのみそ煮]	小学校	イタリアンチキン		イタリアンチキン	1	玉葱
687 kcal	ふきの炒め煮	きび砂糖	さつま揚げ	山ふき・人参		769 kcal		じゃがいも	チーズ	パセリ	
	2.C 07 13 07 JM	キャノーラ油	C 3 C 13017	つきこんにゃく			(マヨネーズ)	マヨネーズ		, , , ,	
中学校 852 kcal	ハカセンカ			29C/01C40<		中学校 880 kcal		ミニフルーツクレーブ			4
OOZ Noar	ひなあられ	ひなあられ				COO ROOF	ミニフルーツクレープ				<u> </u>
3(金)	タマゴソフトパン	タマゴソフトパン	ļ			15(水)	ごはん	ごはん	 	 	1
<u> </u>	大豆たっぷり	じゃがいも	牛肉	玉葱			じゃがいもともずくの	じゃがいも	もずく	人参	
	ビーフシチュー	きび砂糖・小麦粉	大豆	セロリ			みそ汁		油揚げ	長葱	₩ ₹
		キャノーラ油		人参			骨に注意して食べましょう		みそ		みそ
小学校	照り焼きチキンハンバーグ		照り焼きチキンハンバーグ			小学校	いわしの梅煮 ◆		いわしの梅煮	1	1
779 kcal	イタリアンサラダ	ドレッシング	チーズ	コーン・キャベツ	1	718 kcal	炒め納豆	キャノーラ油	豚ひき肉	玉葱・人参	The same
	(イタリアンドレッシング)			きゅうり			1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	きび砂糖	ひきわり納豆	ピーマン	
中学校 941 kcal	(4397 ントレッシング)		ļ	 	-	中学校 901 kcal			0.9170143		玉葱
o i i nodi				赤ピーマン		OO I Noai	いちごゼリー	いちごゼリー			
6(月)	ごはん	ごはん	ļ		4	16(木)	スパゲティミートソース	スパゲティ	豚ひき肉	玉葱	
0(/1/	カレー豆腐	キャノーラ油	豆腐	長葱		10(7)		小麦粉	牛ひき肉	人参	
		きび砂糖	豚肉	玉葱					鶏レバー		
		澱粉		人参			チキンカツ	キャノーラ油	チキンカツ]	MI DO
小学校	えびシュウマイ		えびシュウマイ			小学校	さつまいもマッシュ	さつまいも	牛乳		
720 kcal	大根のナムル	春雨・白ごま	,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,	 大根	1	719 kcal	C 500 0 1 7 2 2	砂糖	生クリーム		玉葱
	八根のアムル	きび砂糖		人参				U2 476	177 4		
中学校 916 kcal						中学校 845 kcal					
		ごま油		もやし		O+O ROAI	スライスパン クリームシチュー				
7(火)	ごまロールパン	ごまロールパン	ļ		4	17(余)	スライスパン	スライスパン	 	 	4
,,,,,	ワンタンスープ		肉入りワンタン	白菜・人参		. / \/	クリームシチュー	じゃがいも	ベーコン・牛乳	玉葱	
				たけのこ				バター	脱脂粉乳	人参	
				長葱			ほうれん草オムレツ		ほうれん草オムレツ]	
小学校	肉団子のケチャップあん		肉団子のケチャップあん			小学校	[○代替 笹かまぼこ]		[代替 笹かまぼこ]		玉葱
625 kcal	杏仁豆腐入り	杏仁豆腐	 	みかん		686 kcal	ハムのマリネ	キャノーラ油	ポークハム	キャベツ・人参・玉葱	
	フルーツあえ			パイン		+ >>++	, ,2,0, , ,,,	1 ()),	,,, ,,,,	パセリ・レモン果汁	
中学校 747 kcal	JW- 700%					中学校 827 kcal	7.4./ 25 4./	みかんジャム		ハビダ・ひこク来方	4
	-t- Ac-		l	黄桃		021 Hour	みかんジャム				<u> </u>
8(水)	赤飯	赤飯・キャノーラ油	小豆			20(月)	ごはん	ごはん	ļ		
- (,,,,	小袋ごま塩	ごま塩					すき焼き	きび砂糖	豚肉	しらたき	
	吉野汁	澱粉	鶏肉	たけのこ・人参					高野豆腐	玉葱•長葱	_
			豆腐	干ししいたけ・長葱					焼き豆腐	たもぎ茸	
小学校	いかの西京焼き		いかの西京焼き]		小学校	豆腐のそぼろあん包み		豆腐のそぼろあん包み		玉葱
694 kcal	れんこんきんぴら	きび砂糖	豚肉・ひじき	れんこん・人参	1	683 kcal	<u> </u>	白ごま	1	きゅうり	
₼₩₩		キャノーラ油	さつま揚げ	枝豆		다중+÷				キャベツ	
中学校 868 kcal	 はちみつレモンゼリー	はちみつレモンゼリー	C.1/2/17		1	中学校 875 kcal				人参	
				たけのこ			エロミサ/	ニピ /	响内	.	1
9(木)	チャーシューメン	ラーメン	焼豚	たけのこ		22(水)	五目うどん	うどん	鶏肉	たけのこ	
		1		もやし・人参					白かまぼこ	ごぼう	
		 	 	玉葱•長葱	_				高野豆腐	人参	
	たこメンチカツ	キャノーラ油	たこメンチカツ	<u></u>			L	1	<u></u>	長葱	
小学校	ハリハリ漬け	きび砂糖	糸切り昆布	切干大根	玉葱	小学校	肉詰めいなり		肉詰めいなり]	1
662 kcal		ごま油		きゅうり	工場	726 kcal	きなこ団子	白玉餅	きなこ	1	1
		白ごま		人参		M.		砂糖	1		
中学校 748 kcal	一一一一		豆乳プリン	<u>ハシ</u>	1	中学校 847 kcal		ם מיד כי			
	豆乳プリン		立孔 ノリン			Roal	 	+		1	
10(金)	ごはん	ごはん	 		4	23(木)	麦ごはん	麦ごはん	 	 	4
LO (LIL)	味噌けんちん汁	じゃがいも	豚肉	大根•人参			中華スープ	春雨	豆腐	人参	
_		1	豆腐	長葱・ごぼう			L	澱粉	かまぼこ	長葱	
	骨に注意して食べましょう		みそ	つきこんにゃく	2		焼きギョウザ		焼きギョウザ]	1
小学校	鮭の塩焼き ◀	 	鮭の塩焼き		大豆	11,2242-	ピピンパ	きび砂糖	豚肉	人参・たけのこ	1
小字校 631 kcal	大豆とひじきの炒め煮	きび砂糖	ひじき・高野豆腐	人 参	^ [±]	小学校 694 kcal		ごま油	赤みそ	もやし	
	ヘ豆Cいしさい炒め魚 			ハジ					<i>がい</i> ひチ ⁻ C		
中学校	 のり佃煮	キャノーラ油	大豆・焼きちくわ	 	4	中学校		白ごま		ほうれん草	
802 kcal		•	のり佃煮	1	1	889 kcal	Ī.	1	1	長葱	i