

9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
	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 病気にかけ にくくするなど	
1(金) ごはん 湯葉とオクラのすまし汁	ごはん	湯葉	オクラ	オクラ
小学校 623 kcal		豆腐	人参・長葱	人参
中学校 792 kcal		白かまぼこ	たけのこ	人参
キャベツ入り平つくね	キャベツ入り平つくね			人参
豚肉とごぼうの ごまみそ煮	きび砂糖	豚肉	ごぼう・人参	長葱
	キャノーラ油	赤みそ	ピーマン	ピーマン
	白ごま		しらたき	
4(月) 背割りパン 大根とベーコンの スープ	背割りパン	ベーコン	大根	大根
小学校 591 kcal		玉葱	人参	人参
中学校 802 kcal				人参
フランクフルト	フランクフルト			人参
チーズ入りマッシュポテト	じゃがいも	牛乳・チーズ		人参
	砂糖	生クリーム		人参
(中)米粉ワッフル(チョコ)	米粉ワッフル			人参
6(水) わかめラーメン	ラーメン	豚肉	たけのこ	人参
小学校 664 kcal		わかめ	人参・もやし	人参
中学校 759 kcal			玉葱	人参
ジャンボギョウザ	キャノーラ油	ジャンボギョウザ		人参
小松菜のナムル	春雨・きび砂糖	白かまぼこ	小松菜	人参
	ごま油・白ごま		人参	人参
ミルク(ココア)	ミルク			人参
7(木) 江別小麦パン ブラウンシチュー	江別小麦パン			人参
小学校 596 kcal	じゃがいも	豚肉	玉葱	人参
中学校 781 kcal	キャノーラ油	鶏レバー	セロリ	人参
	小麦粉	チーズ	人参	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	いんげん	人参
			コーン	人参
ミニトマト			ミニトマト	人参
8(金) ごはん レタスとえびボールの スープ	ごはん	春雨	えびボール	人参
小学校 698 kcal		豆腐	レタス	人参
中学校 876 kcal			人参	人参
さばの和風カレー煮		さばの和風カレー煮		人参
豚肉とこんにやくの 炒め煮	きび砂糖	豚肉	つきこんにやく	人参
	澱粉		人参	人参
			グリーンピース	人参
11(月) ごはん じゃがいもともずくの みそ汁	ごはん	じゃがいも	もずく	人参
小学校 646 kcal		油揚げ	長葱	人参
中学校 811 kcal		みそ		人参
豆腐のそぼろあん包み	きび砂糖	豚肉	ごぼう	人参
	キャノーラ油	ひじき	人参	人参
五目きんぴら	白ごま	さつまあげ	しらたき	人参
12(火) 五目うどん	うどん	鶏肉	ごぼう	人参
小学校 660 kcal		白かまぼこ	人参	人参
中学校 759 kcal		油揚げ	長葱	人参
野菜かき揚げ	キャノーラ油	高野豆腐		人参
華風きゅうり漬	きび砂糖		きゅうり	人参
	ごま油		人参	人参
13(水) ごはん 中華スープ	ごはん	春雨	豆腐	人参
小学校 637 kcal		かまぼこ	たけのこ	人参
中学校 814 kcal			人参	人参
鶏肉のごま照り焼き	きび砂糖	鶏肉	キャベツ・長葱	人参
	澱粉	赤みそ	干しいたけ	人参
ホイコーロー			ピーマン	人参
14(木) コッペパン パンキンポタージュ	コッペパン	バター	ベーコン	人参
小学校 612 kcal		脱脂粉乳	牛乳	人参
中学校 748 kcal			人参	人参
肉団子のケチャップあん	肉団子のケチャップあん			人参
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	パンパンジーチキン	きゅうり	人参
	ドレッシング		キャベツ	人参
			人参	人参
15(金) ごはん 大豆の磯煮	ごはん	じゃがいも	ひじき・豚肉	人参
小学校 725 kcal		きび砂糖	焼きちくわ	人参
中学校 918 kcal			油揚げ・大豆	人参
いわしのみぞれ煮			いわしのみぞれ煮	人参
春雨ともやしの香味あえ	春雨	ポークハム	もやし・人参	人参
	ごま油		きゅうり	人参
	きび砂糖		レモン果汁	人参

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 病気にかけ にくくするなど	
19(火) スライスパン コンソメスープ	スライスパン	じゃがいも	ベーコン	人参
小学校 684 kcal			玉葱・人参	人参
中学校 789 kcal			コーン	人参
鶏肉のチーズ焼き		鶏肉のチーズ焼き		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	人参
			パセリ・玉葱	人参
			レモン果汁	人参
チョコ大豆クリーム	チョコ大豆クリーム			人参
20(水) 麦ごはん 豆腐としめじのみそ汁	麦ごはん	豆腐・みそ	人参・大根	人参
小学校 670 kcal		油揚げ	しめじ・長葱	人参
中学校 857 kcal				人参
味付き肉団子		味付き肉団子		人参
豚肉の生姜煮	きび砂糖	豚肉	玉葱・人参	人参
	キャノーラ油	白かまぼこ	つきこんにやく	人参
			生姜	人参
ひじきふりかけ		ひじきふりかけ		人参
21(木) スパゲティミートソース	スパゲティ	豚ひき肉	玉葱	人参
小学校 685 kcal	小麦粉	鶏レバー	人参	人参
中学校 863 kcal		チーズ		人参
コーンフライ	キャノーラ油		コーンフライ	人参
豆乳ゼリー入り フルーツポンチ		豆乳ゼリー	みかん	人参
			パイナップル	人参
			黄桃	人参
22(金) ごはん マーボー豆腐	ごはん	きび砂糖	豆腐・豚ひき肉	人参
小学校 648 kcal		澱粉	大豆ミート	人参
中学校 843 kcal			赤みそ	人参
ポークシュウマイ		ポークシュウマイ		人参
ハリハリ漬	きび砂糖	糸きり昆布	切干大根	人参
	ごま油		きゅうり	人参
	白ごま		人参	人参
25(月) ココアパン ラビオリスープ	ココアパン	ポークラビオリ	白菜・長葱	人参
小学校 601 kcal			人参	人参
中学校 755 kcal			コーン	人参
あみ焼きハンバーグ		あみ焼きハンバーグ		人参
ジャーマンポテト	じゃがいも	ベーコン	玉葱	人参
	バター・きび砂糖		パセリ	人参
(中)ベビーチーズ		ベビーチーズ		人参
26(火) ごはん ポークと豆のカレー	ごはん	キャノーラ油	豚肉・チーズ	人参
小学校 706 kcal		小麦粉	大豆・鶏レバー	人参
中学校 916 kcal			脱脂粉乳	人参
海藻サラダ (和風ごまドレッシング)	ドレッシング	海藻サラダ	キャベツ	人参
			きゅうり	人参
			人参	人参
ラ・フランス缶			ラ・フランス	人参
27(水) かしわうどん	うどん	鶏肉	人参	人参
小学校 788 kcal		白かまぼこ	長葱	人参
中学校 918 kcal		高野豆腐		人参
鮭メンチカツ	キャノーラ油	鮭メンチカツ		人参
ごま団子	白玉粉			人参
	黒ごま			人参
	きび砂糖			人参
28(木) ごはん すき焼き	ごはん	きび砂糖	豚肉	人参
小学校 663 kcal			高野豆腐	人参
中学校 855 kcal			焼き豆腐	人参
にしんの甘露煮		にしんの甘露煮	たまご草	人参
浅漬	白ごま		きゅうり・人参	人参
			キャベツ	人参
十五夜デザート	十五夜デザート			人参
29(金) コッペパン 白菜とミートボールの スープ	コッペパン	春雨	ベーコン	人参
小学校 656 kcal			ミートボール	人参
中学校 776 kcal			人参	人参
イタリアンチキン		イタリアンチキン		人参
ウインナーとブロッコリーの ソテー	キャノーラ油	ポークウインナー	コーン	人参
			ブロッコリー	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)