

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

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			
1(金) 小学校 592 kcal 中学校 779 kcal	コッペパン	コッペパン			13(水) 小学校 623 kcal 中学校 761 kcal	五目うどん	うどん	鶏肉 白かまぼこ 油揚げ 高野豆腐	ごぼう 人参 長葱	人参	
	野菜コンソメスープ		ポークウインナー	キャベツ 玉葱 人参・コーン		肉詰めいなり		肉詰めいなり			
	味付き肉団子 ジャーマンポテト	じゃがいも バター・きび砂糖	味付き肉団子 ベーコン	玉葱 パセリ		ほうれん草のごまあえ	白ごま きび砂糖	糸寒天	ほうれん草 もやし・人参		
	ミルメーク(ココア)	ミルメーク			(中)ベビーチーズ	ベビーチーズ					
4(月) 小学校 672 kcal 中学校 855 kcal	ごはん	ごはん			14(木) 小学校 658 kcal 中学校 862 kcal	ごはん	ごはん			人参 人参 人参 人参 人参 人参	
	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		スープカレー	じゃがいも オリーブ油	鶏肉	人参・玉葱 キャベツ しめじ・バジル トマト湯むき		
	骨に注意して食べましょう ほっけ西京フライ 炒め納豆	キャノーラ油 キャノーラ油 きび砂糖	ほっけ西京フライ 豚ひき肉 ひきわり納豆	玉葱 人参 ピーマン		コーンと枝豆のソテー	キャノーラ油	ベーコン	コーン 枝豆		人参 人参 人参 人参 人参 人参
					みかん			みかん			
5(火) 小学校 653 kcal 中学校 793 kcal	コッペパン	コッペパン			15(金) 小学校 672 kcal 中学校 793 kcal	黒糖パン	黒糖パン			人参 人参 人参 人参 人参 人参	
	きのこクリームシチュー	じゃがいも バター	ベーコン 脱脂粉乳 牛乳	玉葱 人参 エリンギ しめじ		白菜とえびボールの スープ	春雨	えびボール	白菜 人参 長葱		
	イタリアンチキン 柚子ゼリー入り フルーツポンチ	柚子ゼリー	イタリアンチキン 豆乳ゼリー	みかん パイン		照り焼きチキンハンバーグ 豚肉と大豆のトマト煮	きび砂糖 キャノーラ油 小麦粉	豚肉 大豆	玉葱 エリンギ トマト湯むき		
6(水) 小学校 616 kcal 中学校 786 kcal	ごはん	ごはん			18(月) 小学校 619 kcal 中学校 793 kcal	ごはん	ごはん			人参 人参 人参 人参 人参 人参	
	いももち汁	いももち	高野豆腐 白かまぼこ	人参 干しいたけ 長葱・大根		さつまい	さつまいも	豚肉 豆腐 みそ	人参 玉葱 長葱		
	骨に注意して食べましょう いわしの梅煮 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	いわしの梅煮 豚肉 赤みそ	ごぼう・人参 ピーマン しらたき		えびボールのたまご焼き 【◎代替 笹かまぼこ】		えびボールのたまご焼き 【代替 笹かまぼこ】			
					キャベツの 塩こんぶあえ	ごま油 白ごま	塩こんぶ	キャベツ・人参 きゅうり			
7(木) 小学校 653 kcal 中学校 766 kcal	ポロネーゼ	スパゲティ キャノーラ油 小麦粉	牛ひき肉 鶏レバー	玉葱 人参 セロリ トマト湯むき	19(火) 小学校 707 kcal 中学校 874 kcal	江別小麦パン	江別小麦パン			人参 人参 人参 人参 人参 人参	
	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			パンプキンポタージュ	バター	脱脂粉乳 牛乳	玉葱 かぼちゃ		
	白桃缶			白桃		クリスマスチキン クリスマスサラダ (イタリアンドレッシング)	キャノーラ油 ドレッシング	クリスマスチキン セミドライソーセージ	人参 キャベツ きゅうり		
	麦ごはん	麦ごはん			クリスマスチョコケーキ	クリスマスチョコケーキ					
8(金) 小学校 613 kcal 中学校 789 kcal	もずくスープ		もずく 豆腐 白かまぼこ	人参 長葱 玉葱	20(水) 小学校 675 kcal 中学校 840 kcal	ごはん	ごはん			人参 人参 人参 人参 人参 人参	
	ショーロンポー		ショーロンポー			白菜とえのきのみそ汁		油揚げ 豆腐 みそ	白菜・えのき 人参 長葱		
	骨に注意して食べましょう さばの和風カレー煮 大豆とひじきの炒め煮	きび砂糖 ごま油 白ごま	豚肉 赤みそ	人参・たけのこ もやし・長葱 ほうれん草		さばの和風カレー煮	きび砂糖 キャノーラ油	さばの和風カレー煮 ベーコン・ひじき	人参		
					大豆とひじきの炒め煮	キャノーラ油	大豆・高野豆腐 焼きちくわ				
11(月) 小学校 646 kcal 中学校 769 kcal	背割りパン	背割りパン			21(木) 小学校 648 kcal 中学校 783 kcal	味噌ラーメン	ラーメン	豚肉 赤みそ	たけのこ もやし・長葱 人参・玉葱	人参 人参 人参 人参 人参 人参	
	マカロニスープ	じゃがいも マカロニ	ベーコン	玉葱・人参 コーン		ピザ春巻き	ピザ春巻き キャノーラ油				
	フランクフルト ドライカレー	キャノーラ油 きび砂糖 小麦粉	豚ひき肉 おから	玉葱 人参		大根ときゅうりのナムル	春雨・きび砂糖 ごま油・白ごま	白かまぼこ	大根・人参 きゅうり		
	プレーンヨーグルト	プレーンヨーグルト			(中)グレープゼリー	グレープゼリー					
12(火) 小学校 612 kcal 中学校 777 kcal	ごはん	ごはん			22(金) 小学校 612 kcal 中学校 839 kcal	ごはん	ごはん			人参 人参 人参 人参 人参 人参	
	キムチスープ		豚肉 豆腐 赤みそ	玉葱・人参 もやし・長葱 えのき 白菜キムチ		マーボー豆腐	きび砂糖 澱粉	豆腐・赤みそ 大豆ミート	長葱 人参		
	ひじき入り揚げギョウザ 切干天根のサラダ	キャノーラ油 キャノーラ油 きび砂糖	ひじき入り揚げギョウザ 糸寒天 焼豚	切干大根 きゅうり・人参		コーンのつまみ揚げ 華風きゅうり漬	きび砂糖 ごま油 白ごま	コーンのつまみ揚げ	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)