

# 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 649 kcal 中学校 831 kcal	ごはん	白玉餅	白かまぼこ	たけのこ・長葱	13(水) 小学校 634 kcal 中学校 743 kcal	バーガーパン	バーガーパン	ベーコン	大根・人参	玉葱
	白玉団子汁	白玉餅	高野豆腐	人参・ごぼう		豆腐	白かまぼこ	長葱	玉葱	
	塩ザンギ	キャノーラ油	塩ザンギ			あみ焼きハンバーグ	あみ焼きハンバーグ			
	大根とこんにゃくの そぼろ煮	きび砂糖 澱粉	豚ひき肉	大根・人参 こんにゃく グリーンピース		豚肉のトマト煮	きび砂糖 小麦粉	豚肉	玉葱・エリンギ トマト湯むき	
4(月) 小学校 702 kcal 中学校 839 kcal	スライスパン	スライスパン	鶏肉	玉葱	14(木) 小学校 681 kcal 中学校 863 kcal	ごはん	ごはん	じゃがいも	人参	みそ
	チキンクリームシチュー	じゃがいも バター	牛乳	人参		みそ汁	油揚げ	みそ	長葱	
	フランクフルト		脱脂粉乳			いわしの梅煮	いわしの梅煮			
	野菜サラダ (サウザンアイランドドレッシング)	ドレッシング	ポークハム	キャベツ		炒め納豆	キャノーラ油 きび砂糖	豚ひき肉 ひきわり納豆	玉葱 人参 ピーマン	
5(火) 小学校 586 kcal 中学校 757 kcal	ごはん	ごはん	わかめ	コーン	15(金) 小学校 677 kcal 中学校 773 kcal	五目うどん	うどん	鶏肉	ごぼう	玉葱
	わかめスープ		豆腐	人参		きんとんパイ	きんとんパイ	キャノーラ油	人参 長葱	
	ポークシュウマイ		白かまぼこ	長葱・玉葱		浅漬け	白ごま		きゅうり・人参 キャベツ	
チャプチェ	マロニー きび砂糖・ごま油 キャノーラ油	豚肉	人参・小松菜	たけのこ 白菜キムチ						
6(水) 小学校 611 kcal 中学校 862 kcal	江別小麦パン	江別小麦パン	大豆	人参	18(月) 小学校 610 kcal 中学校 817 kcal	タマゴソフトパン	タマゴソフトパン	ベーコン	大根・玉葱	大豆
	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	ベーコン	玉葱 枝豆		大根とベーコンの スープ		ベーコン	大根・人参	
	味付き肉団子		味付き肉団子			チーズイン肉団子	キャノーラ油	チーズイン肉団子	キャベツ	
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	パンパンジーチキン	きゅうり キャベツ 人参		ハムのマリネ		ポークハム	キャベツ パセリ 人参・玉葱 レモン果汁		
7(木) 小学校 625 kcal 中学校 800 kcal	ごはん	ごはん	油揚げ	大根	19(火) 小学校 592 kcal 中学校 758 kcal	ごはん	ごはん	油揚げ	白菜	大豆
	大根と油揚げのみそ汁		豆腐	人参		白菜とえのきのみそ汁		油揚げ	白菜	
	生姜入りたまご焼き [◎代替 焼きかまぼこ]		みそ	長葱		にしんの甘露煮	きび砂糖 キャノーラ油	にしんの甘露煮	えのき 人参・長葱	
焼肉丼の具	きび砂糖 キャノーラ油	豚肉	玉葱・人参	つきこんにゃく	大豆とひじきの炒め煮	きび砂糖 キャノーラ油	ベーコン・大豆 ひじき・高野豆腐 焼きちくわ	人参		
8(金) 小学校 659 kcal 中学校 747 kcal	味噌ラーメン	ラーメン	豚肉	たけのこ	21(木) 小学校 616 kcal 中学校 838 kcal	麦ごはん	麦ごはん	豚肉	白菜・人参	玉葱
	中華丼の具		赤みそ	もやし 人参・玉葱 長葱		中華丼の具	きび砂糖 澱粉	豚肉	白菜・人参 玉葱	
	ピザ春巻き	ピザ春巻き キャノーラ油				卵除去食対応	鶏肉	うずら卵	玉葱	
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	白かまぼこ	白かまぼこ	たけのこ			
もやしのナムル	きび砂糖 ごま油 白ごま			もやしのナムル	きび砂糖 ごま油 白ごま		ほうれん草 もやし 人参			
11(月) 小学校 698 kcal 中学校 804 kcal	コッパパン	コッパパン	豚肉	たけのこ	22(金) 小学校 676 kcal 中学校 803 kcal	スパゲティミートソース	スパゲティ 小麦粉	豚ひき肉	玉葱	玉葱
	キャベツのコンソメ スープ		ベーコン	キャベツ 玉葱・人参 しめじ・コーン		チキンナゲット	キャノーラ油	チキンナゲット	人参	
	イタリアンチキン		イタリアンチキン			豆乳ゼリー入り フルーツポンチ		豆乳ゼリー	みかん パイナップル 黄桃	
	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							
はちみつレモンゼリー	はちみつレモンゼリー									
12(火) 小学校 696 kcal 中学校 889 kcal	ごはん	ごはん	鶏肉	玉葱		チキンカレー	じゃがいも キャノーラ油 小麦粉	鶏肉 チーズ 脱脂粉乳	人参 セロリ	玉葱
	チキンカレー	じゃがいも キャノーラ油 小麦粉	鶏肉 チーズ 脱脂粉乳	玉葱 人参 セロリ		ほたてフライ	キャノーラ油	ほたてフライ		
	ほたてフライ	キャノーラ油	鶏レバー			清見オレンジ			清見オレンジ	
清見オレンジ										

※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)