

3月予定こんだて表

江別市立学校給食センター
 対雁調理場 TEL 383-8550
 FAX 887-6366

◎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 628 kcal 中学校 879 kcal	江別小麦パン	江別小麦パン		大豆	13(水) 小学校 681 kcal 中学校 863 kcal	ごはん	ごはん		みそ	
	大豆たっぷり	じゃがいも	大豆			ごはん	じゃがいも	もずく		人参
	トマトシチュー	きび砂糖・小麦粉	ベーコン			みそ汁	油揚げ	みそ		長葱
	味付き肉団子	味付き肉団子			いわしの梅煮	いわしの梅煮				
	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		炒め納豆	キャノーラ油	豚ひき肉	玉葱		
	ミニひなゼリー	白ごま・ドレッシング	きゅうり・人参			きび砂糖	ひきわり納豆	人参		
		ミニひなゼリー	キャベツ					ピーマン		
4(月) 小学校 632 kcal 中学校 814 kcal	ごはん	ごはん		玉葱	14(木) 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	豚ひき肉	玉葱	
	白玉団子汁	白玉餅	白かまぼこ			高野豆腐	人参	鶏レバー	人参	
	塩ザンギ	キャノーラ油	塩ザンギ				チーズ			
	大根とこんにゃくの そぼろ煮	きび砂糖	豚ひき肉		チキンナゲット	キャノーラ油	チキンナゲット			
		澱粉	大根・人参		豆乳ゼリー入り フルーツポンチ		豆乳ゼリー	みかん		
			こんにゃく					パイナップル		
			グリーンピース					黄桃		
5(火) 小学校 634 kcal 中学校 743 kcal	バーガーパン	バーガーパン		玉葱	15(金) 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		玉葱	
	豆腐入り野菜スープ	ベーコン	豆腐			白かまぼこ	大根・人参	人参		人参
	あみ焼きハンバーグ	あみ焼きハンバーグ					チーズイン肉団子	キャノーラ油		チーズイン肉団子
	豚肉のトマト煮	きび砂糖	豚肉	玉葱・エリンギ	トマト湯むき					
	スライスチーズ	小麦粉	スライスチーズ		ハムのマリネ	キャノーラ油	ボークハム	キャベツ		
								パセリ		
								人参・玉葱		
								レモン果汁		
6(水) 小学校 616 kcal 中学校 838 kcal	麦ごはん	麦ごはん		玉葱	18(月) 小学校 625 kcal 中学校 800 kcal	ごはん	ごはん		玉葱	
	中華丼の具	きび砂糖	豚肉			白菜・人参	油揚げ	豆腐		大根
	卵除去食対応	澱粉	うすら卵			玉葱	みそ			人参
	コーンのつまみ揚げ	コーンのつまみ揚げ			生姜入りたまご焼き	生姜入りたまご焼き				
	もやしのナムル	きび砂糖	ほうれん草		焼肉丼の具	きび砂糖	豚肉	玉葱・人参		
		ごま油	もやし			キャノーラ油	白かまぼこ	つきこんにゃく		
		白ごま	人参							
7(木) 小学校 659 kcal 中学校 747 kcal	味噌ラーメン	ラーメン	豚肉	玉葱	19(火) 小学校 677 kcal 中学校 773 kcal	五目うどん	うどん	鶏肉	ごぼう	
	ピザ春巻き	ピザ春巻き	赤みそ			もやし	焼きちくわ	油揚げ	人参	
	華風きゅうり漬	きび砂糖	きゅうり			人参	高野豆腐		長葱	
		ごま油・白ごま			きんとんパイ	きんとんパイ				
					浅漬	白ごま		きゅうり・人参		
								キャベツ		
8(金) 小学校 592 kcal 中学校 758 kcal	ごはん	ごはん		大豆	21(木) 小学校 702 kcal 中学校 839 kcal	スライスパン	スライスパン		玉葱	
	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	にしんの甘露煮	にしんの甘露煮							
	大豆とひじきの炒め煮	きび砂糖	ベーコン・大豆	人参	野菜サラダ	ドレッシング	ボークハム	キャベツ		
		キャノーラ油	ひじき・高野豆腐	焼きちくわ	いちごジャム	いちごジャム		人参		
11(月) 小学校 696 kcal 中学校 889 kcal	ごはん	ごはん		玉葱	22(金) 小学校 586 kcal 中学校 757 kcal	ごはん	ごはん		玉葱	
	チキンカレー	じゃがいも	鶏肉			玉葱	わかめ	豆腐		コーン
	ほたてフライ	キャノーラ油	チーズ			人参	白かまぼこ	人参		人参
	清見オレンジ	キャノーラ油	鶏レバー	セロリ			長葱・玉葱			
			ほたてフライ		ポークシュウマイ	ポークシュウマイ				
			清見オレンジ		チャブチェ	マロニー	豚肉	人参・小松菜		
						きび砂糖・ごま油		たけのこ		
						キャノーラ油		白菜キムチ		
12(火) 小学校 698 kcal 中学校 804 kcal	コッペパン	コッペパン		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					
	イタリアンチキン	イタリアンチキン								
	チーズ入り	じゃがいも	牛乳・チーズ							
	マッシュポテト	砂糖	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								

※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)