

# 5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 病気にかけたり にくくするなど	
<b>1(水)</b> 江別小麦パン ポトフ	江別小麦パン じゃがいも	ポークウインナー	人参 玉葱 セロリ	
小学校 624 kcal				
中学校 792 kcal				
イタリアンチキン 江別小麦ラーメンサラダ (香りごまドレッシング)	江別小麦めん 白ごま ドレッシング	ハンパンジーチキン	きゅうり キャベツ 人参	
<b>2(木)</b> ごはん 若竹汁	ごはん	鶏肉 わかめ 白かまぼこ	人参・長葱 干しいたけ たけのこ	
小学校 604 kcal				
中学校 775 kcal				
胃に注意して食べましょう にしんの甘露煮 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	豚肉 赤みそ	ごぼう・人参 ピーマン しらたき	
<b>7(火)</b> スパゲティミートソース	ソフトパスタ 小麦粉	豚ひき肉 鶏しパー チーズ	玉葱 人参	
小学校 666 kcal				
中学校 774 kcal				
青のりポテト いちごゼリー入り フルーツポンチ	フレンチポテト キャノーラ油 いちごゼリー	青のり 豆乳ゼリー	パイナップル 黄桃	
<b>8(水)</b> 麦ごはん ワンタンスープ	麦ごはん	肉入りワンタン 豆腐	人参 もやし 長葱	
小学校 610 kcal				
中学校 827 kcal				
コーンのつまみ揚げ チンジャオロースー	きび砂糖 キャノーラ油	豚肉	たけのこ・長葱 干しいたけ ピーマン	
<b>9(木)</b> コッペパン コーンスープ	コッペパン バター	脱脂粉乳 牛乳	玉葱 コーン	
小学校 634 kcal				
中学校 765 kcal				
照り焼きチキンハンバーグ ハムのマリネ	キャノーラ油	照り焼きチキンハンバーグ ポークハム	キャベツ・パセリ 人参・玉葱 レモン果汁	
<b>10(金)</b> ごはん 味噌けんちん汁	ごはん じゃがいも	豚肉 豆腐 みそ	大根・人参 長葱・ごぼう つきこんにゃく	
小学校 666 kcal				
中学校 834 kcal				
胃に注意して食べましょう さばの和風カレー煮 きゅうりともやしの あえもの	きび砂糖 キャノーラ油	焼豚	きゅうり もやし・人参 レモン果汁	
<b>13(月)</b> ココアパン 白菜とベーコンの スープ	ココアパン 春雨	ベーコン	白菜 玉葱 人参	
小学校 623 kcal				
中学校 828 kcal				
味付き肉団子 チーズ入り マッシュポテト	じゃがいも 砂糖	味付き肉団子 牛乳 チーズ 生クリーム		
<b>14(火)</b> ごはん キャベツと油揚げの みそ汁	ごはん	油揚げ 豆腐 みそ	キャベツ 人参	
小学校 638 kcal				
中学校 808 kcal				
鶏肉のごま照り焼き 大豆とひじきの炒め煮	きび砂糖 キャノーラ油	鶏肉のごま照り焼き ひじき・大豆 高野豆腐 焼きちくわ	人参	大豆
<b>15(水)</b> かしわうどん	うどん	鶏肉 白かまぼこ 高野豆腐	たもぎ茸 人参 長葱	
小学校 638 kcal				
中学校 750 kcal				
白花豆コロッケ ほうれん草のごまあえ	キャノーラ油 白ごま きび砂糖	白花豆コロッケ 糸寒天	ほうれん草 もやし 人参	
<b>16(木)</b> ごはん 豆腐の中華煮	ごはん きび砂糖 澱粉 キャノーラ油	豆腐 豚肉 白かまぼこ	玉葱・人参 チンゲンサイ たけのこ 干しいたけ	
小学校 606 kcal				
中学校 788 kcal				
ポークシュウマイ 華風きゅうり漬	きび砂糖 ごま油・白ごま	ポークシュウマイ	きゅうり 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 病気にかけたり にくくするなど	
<b>17(金)</b> ミルクパン ミネストローネ	ミルクパン マカロニ じゃがいも きび砂糖	ポークウインナー	人参・玉葱 キャベツ パセリ トマト湯むき	
小学校 661 kcal				
中学校 799 kcal				
チキン豆腐ハンバーグ コーンと枝豆のソテー	キャノーラ油	チキン豆腐ハンバーグ ベーコン	コーン 枝豆	
<b>20(月)</b> ごはん 豆腐入り野菜スープ	ごはん 澱粉	ベーコン 豆腐 白かまぼこ	コーン・人参 長葱 玉葱	
小学校 659 kcal				
中学校 840 kcal				
ほたてフライ ドライカレー	キャノーラ油 キャノーラ油 小麦粉	ほたてフライ 豚ひき肉 おから	玉葱 人参	
<b>21(火)</b> 醤油ラーメン	ラーメン	豚肉	たけのこ もやし・人参 玉葱・長葱	
小学校 653 kcal				
中学校 759 kcal				
肉ギョウザ 大根のナムル	春雨・白ごま きび砂糖 ごま油	肉ギョウザ	大根 人参 きゅうり	
<b>22(水)</b> 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 油揚げ みそ	人参 長葱	
小学校 671 kcal				
中学校 843 kcal				
かつおカツ 豚肉の生姜煮	キャノーラ油 きび砂糖 キャノーラ油	かつおカツ 豚肉 白かまぼこ	玉葱・人参 つきこんにゃく 生姜	
<b>23(木)</b> コッペパン クリームシチュー	コッペパン じゃがいも バター	ベーコン 脱脂粉乳 牛乳	玉葱 人参 しめじ	
小学校 600 kcal				
中学校 800 kcal				
野菜入り肉団子 アスパラとキャベツの サラダ (イタリアンドレッシング)	ドレッシング	野菜入り肉団子	アスパラ キャベツ 人参・コーン	
<b>24(金)</b> ごはん すき焼き	ごはん きび砂糖	豚肉 高野豆腐 焼き豆腐	しらたき 玉葱 長葱 たもぎ茸	
小学校 668 kcal				
中学校 858 kcal				
和風きんぴら包み焼き キャベツの 塩こんぶあえ	ごま油 白ごま	和風きんぴら包み焼き 塩こんぶ	キャベツ 人参・ピーマン	
<b>27(月)</b> 五目うどん	うどん	鶏肉 油揚げ 高野豆腐	ごぼう 人参 長葱	
小学校 691 kcal				
中学校 755 kcal				
さつまパイ きゅうりの梅おかかあえ	さつまパイ キャノーラ油 きび砂糖	焼きちくわ かつお削り節	きゅうり もやし 梅肉	
<b>28(火)</b> ごはん もやしと油揚げの みそ汁	ごはん	油揚げ 豆腐 みそ	もやし 人参 長葱	
小学校 630 kcal				
中学校 792 kcal				
胃に注意して食べましょう いわしの梅煮 ふきと竹の子の おかか煮	きび砂糖 キャノーラ油	いわしの梅煮 鶏肉 さつま揚げ かつお削り節	山ふき・人参 たけのこ つきこんにゃく	みそ
<b>29(水)</b> 背割りパン 焼きそば	背割りパン ラーメン キャノーラ油	豚肉 焼きちくわ	人参 キャベツ	
小学校 663 kcal				
中学校 805 kcal				
フランクフルト ごぼうサラダ	卵無しマヨネーズ		ごぼう 人参 きゅうり コーン	
<b>30(木)</b> ごはん ハヤシライス	ごはん じゃがいも	豚肉 鶏しパー チーズ 脱脂粉乳	玉葱 人参	
小学校 714 kcal				
中学校 919 kcal				
コーンといんげんの ソテー ラ・フランス缶	キャノーラ油	チキンウインナー	コーン いんげん ラ・フランス	
<b>31(金)</b> コッペパン 野菜コンソメスープ	コッペパン	ポークウインナー	キャベツ 玉葱・人参 コーン	
小学校 633 kcal				
中学校 747 kcal				
はんぺんフライ 鶏肉と大豆のトマト煮	キャノーラ油 きび砂糖 キャノーラ油 小麦粉	はんぺんフライ 鶏肉 大豆	玉葱 しめじ トマト湯むき	大豆

※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)