

6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
	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 病気にかり にくくするなど	
3(月) 江別小麦パン ポテトクリームスープ	江別小麦パン いもち バター	脱脂粉乳 牛乳	玉葱 コーン	きゅうり
小学校 662 kcal 中学校 840 kcal	イタリアンチキン セミドライソーセージの サラダ (イタリアンドレッシング)	イタリアンチキン セミドライソーセージ	キャバツ きゅうり 人参	
4(火) ごはん 大根と油揚げのみそ汁	ごはん	油揚げ・豆腐 みそ	大根・人参 長葱	きゅうり
小学校 675 kcal 中学校 841 kcal	いかメンチカツ 五目きんぴら	キャノーラ油 きび砂糖 キャノーラ油	いかメンチカツ 豚肉 ひじき さつま揚げ	
さつまいもチップス	さつまいもチップス			
5(水) 味噌ラーメン	ラーメン	豚肉 赤みそ	たけのこ・人参 もやし・玉葱 長葱	きゅうり
小学校 653 kcal 中学校 747 kcal	ごぼうのつまみ揚げ ハリハリ漬け	ごぼうのつまみ揚げ 昆布	切干大根 きゅうり 人参	
はちみつレモンゼリー	はちみつレモンゼリー			
6(木) ごはん マーボー豆腐	ごはん きび砂糖 澱粉	豆腐・大豆ミート 豚ひき肉 赤みそ	長葱 人参	大豆
小学校 660 kcal 中学校 859 kcal	ショーロンポー 白菜のナムル	ショーロンポー 春雨・きび砂糖 ごま油 白ごま	白菜 もやし 人参	
コッペパン キャバツの コンソメスープ えべちゅんコロッケ	コッペパン キャノーラ油	ポークウインナー キャバツ・玉葱 人参・しめじ・コーン	キャバツ・玉葱 人参	
小学校 601 kcal 中学校 748 kcal	豚肉と大豆のトマト煮 (中)いちごジャム	豚肉 小麦粉 大豆	玉葱・エリンギ トマト湯むき	
10(月) 五目うどん	うどん	鶏肉 白かまぼこ 高野豆腐	ごぼう 人参 長葱	きゅうり
小学校 640 kcal 中学校 748 kcal	肉詰めいなり 焼豚ときゅうりの ごま酢あえ	肉詰めいなり 焼豚	きゅうり もやし 人参	
(中)プレーンヨーグルト	プレーンヨーグルト			
11(火) わかめごはん 豆腐となめこのみそ汁	わかめごはん	豆腐 油揚げ	人参・なめこ 大根 長葱	大豆
小学校 694 kcal 中学校 863 kcal	骨に注意して食べましょう さばのみそ煮 大豆とひじきの炒め煮	さばのみそ煮 ひじき・大豆 高野豆腐 焼きちくわ	人参	
バーガーパン ポトフ	バーガーパン じゃがいも	ミニウインナー 人参・玉葱 セロリ	人参・玉葱 セロリ	
小学校 628 kcal 中学校 747 kcal	あみ焼きハンバーグ コールスローサラダ (コールスロードレッシング) スライスチーズ	あみ焼きハンバーグ ポークハム	キャバツ 人参 きゅうり	
12(水) ごはん キーマカレー	ごはん じゃがいも キャノーラ油 小麦粉	豚ひき肉 チーズ 鶏レバー 脱脂粉乳	玉葱 人参 コーン	きゅうり
小学校 756 kcal 中学校 970 kcal	ブランケフルト 豆乳ゼリー入り フルーツポンチ	ブランケフルト 豆乳ゼリー	パイナップル 黄桃	
タマゴソフトパン チンゲン菜と えびボールのスープ	タマゴソフトパン 春雨 澱粉	えびボール 豆腐	チンゲン菜 人参 長葱	
小学校 735 kcal 中学校 862 kcal	ささみカツ ペンネポモドーロ	キャノーラ油 パンネ きび砂糖 キャノーラ油	ささみカツ チキンウインナー 玉葱 ピーマン	

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 病気にかり にくくするなど	
17(月) 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	きゅうり
小学校 680 kcal 中学校 872 kcal	骨に注意して食べましょう いわしの梅煮 浅漬け	いわしの梅煮	白ごま きゅうり キャバツ 人参	
18(火) コッペパン チキンクリームシチュー	コッペパン じゃがいも バター	鶏肉 脱脂粉乳 牛乳	玉葱 人参	きゅうり
小学校 650 kcal 中学校 785 kcal	ハンバーグの ケチャップソースがけ 野菜のレモン ドレッシングあえ	きび砂糖 ハンバーグ	キャバツ・人参 きゅうり	
ごはん 中華スープ	ごはん 春雨 澱粉	かまぼこ 豆腐	人参 長葱	
小学校 696 kcal 中学校 860 kcal	ジャンボギョウザ ピピンバ	キャノーラ油 豚肉 赤みそ	ジャンボギョウザ 人参・長葱 たけのこ もやし ほうれん草	
20(木) スパゲティミートソース	ソフトパスタ きび砂糖 小麦粉	豚ひき肉 鶏レバー チーズ	玉葱 人参	大豆
小学校 720 kcal 中学校 817 kcal	ほうれん草オムレツ 〔代替 揚げかまぼこ〕 さつまいもマッシュ	ほうれん草オムレツ 〔代替 揚げかまぼこ〕 牛乳 生クリーム	ほうれん草オムレツ 〔代替 揚げかまぼこ〕 人参 生クリーム	
ごはん 白菜とえのきのみそ汁	ごはん	油揚げ 豆腐 みそ	白菜・人参 えのき 長葱	
小学校 659 kcal 中学校 828 kcal	骨に注意して食べましょう さばの和風カレー煮 大根とこんにゃくの そぼろ煮	さばの和風カレー煮 豚ひき肉	さばの和風カレー煮 大根・人参 こんにゃく グリーンピース	
21(金) ごはん ズッキーニ入りカレー	ごはん じゃがいも キャノーラ油 小麦粉	豚肉・チーズ 鶏レバー 脱脂粉乳	ズッキーニ 玉葱 人参	きゅうり
小学校 675 kcal 中学校 883 kcal	ハムのマリネ 冷凍みかん	キャノーラ油 ポークハム	キャバツ パセリ・人参 玉葱・レモン果汁 みかん	
昆布ラーメン	ラーメン	豚肉 昆布	もやし 人参 玉葱 長葱	
小学校 693 kcal 中学校 747 kcal	ちくわチーズの磯辺揚げ 華風きゅうり漬け	キャノーラ油 きび砂糖 ごま油 白ごま	ちくわチーズの磯辺揚げ きゅうり 人参	
24(月) ごはん ズッキーニ入りカレー	ごはん じゃがいも キャノーラ油 小麦粉	豚肉・チーズ 鶏レバー 脱脂粉乳	ズッキーニ 玉葱 人参	きゅうり
小学校 675 kcal 中学校 883 kcal	ハムのマリネ 冷凍みかん	キャノーラ油 ポークハム	キャバツ パセリ・人参 玉葱・レモン果汁 みかん	
昆布ラーメン	ラーメン	豚肉 昆布	もやし 人参 玉葱 長葱	
小学校 693 kcal 中学校 747 kcal	ちくわチーズの磯辺揚げ 華風きゅうり漬け	キャノーラ油 きび砂糖 ごま油 白ごま	ちくわチーズの磯辺揚げ きゅうり 人参	
25(火) ごはん 吉野汁	ごはん じゃがいも キャノーラ油 小麦粉	鶏肉 豆腐	たけのこ 人参・長葱 干しいたけ	きゅうり
小学校 626 kcal 中学校 812 kcal	骨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	にしんの甘露煮 豚肉 赤みそ	にしんの甘露煮 ごぼう・人参 ピーマン しらたき	
黒糖パン ラビオリスープ	黒糖パン ポークラビオリ		大根・長葱 人参 コーン	
小学校 599 kcal 中学校 789 kcal	味付き肉団子 キャバツと ブロッコリーのサラダ (コーンクリームドレッシング)	味付き肉団子 チキンウインナー	ブロッコリー キャバツ 人参	
27(木) ごはん ピリ辛丼の具	ごはん ごま油 キャノーラ油 澱粉	豚肉 うすら卵 白かまぼこ	キャバツ 人参・玉葱 たけのこ	きゅうり
小学校 659 kcal 中学校 856 kcal	卵除去食対応 ポークシュウマイ 大根のナムル	ポークシュウマイ 春雨・白ごま きび砂糖 ごま油	人参 玉葱 大根 人参 もやし	
ごはん 中華スープ	ごはん 春雨 澱粉	かまぼこ 豆腐	人参 長葱	

※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)