

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 病気にかり にくくするなど		
2(月)	ごはん	ごはん			13(金)	タマゴソフトパン	タマゴソフトパン			
	根菜のごま汁	白ごま	油揚げ みそ	ごぼう・大根 人参・長葱 つきこんにやく		人参	ミネストローネ	マカロニ じゃがいも きび砂糖	豚肉 人参・玉葱 キャベツ パセリ トマト湯むき	じゃがいも 人参 玉葱 キャベツ
小学校 643 kcal	野菜メンチカツ (ソース)	キャノーラ油	野菜メンチカツ		小学校 720 kcal	ハンバーグ	ハンバーグ			
中学校 805 kcal	キャベツの塩こんぶあえ	ごま油	塩こんぶ	キャベツ・人参 きゅうり	キャベツ	ウインナーといんげんの ソテー	キャノーラ油	チキンウインナー コーン いんげん	人参 玉葱 キャベツ	
3(火)	カレーうどん	うどん 澱粉	鶏肉 油揚げ 焼きちくわ	玉葱 人参 長葱	16(月)	ごはん	ごはん			
	きんぴら肉団子 浅漬け	白ごま	きんぴら肉団子	人参 きゅうり キャベツ 人参		人参	白菜のみそ汁	油揚げ 豆腐 みそ	白菜・ごぼう 人参 長葱	白菜 人参 人参
小学校 636 kcal	ごはん	ごはん			小学校 621 kcal	えべちゅんたまご焼き 〔代替 揚げかまぼこ〕	えべちゅんたまご焼き 〔代替 揚げかまぼこ〕			
中学校 773 kcal	中華スープ	春雨 澱粉	豆腐 鶏肉	玉葱 人参 長葱	中学校 792 kcal	肉じゃが	じゃがいも きび砂糖	豚肉 しらたき 枝豆・玉葱	人参 玉葱	
4(水)	ごはん	ごはん			17(火)	江別小麦パン	江別小麦パン			
	中華スープ	春雨 澱粉	豆腐 鶏肉	玉葱 人参 長葱		小学校 642 kcal	キャベツとえびボールの スープ	春雨 えびボール	キャベツ 人参・長葱	大豆 キャベツ
小学校 610 kcal	コーンのつまみ揚げ ピピンバ	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	人参	さつまパイ	さつまパイ キャノーラ油		人参	
中学校 815 kcal	コッペパン	コッペパン			中学校 793 kcal	豚肉と大豆のトマト煮	きび砂糖 小麦粉	鶏肉 ベーコン 大豆	人参 玉葱	
5(木)	パンブキンポタージュ	バター	脱脂粉乳 牛乳	玉葱 かぼちゃ	18(水)	ミートソーススパゲティ	ソフトパスタ 小麦粉	豚ひき肉 鶏レバー チーズ	玉葱 人参	
	イタリアンチキン セミドライソーセージの マリネ	キャノーラ油	イタリアンチキン セミドライソーセージ	キャベツ・人参 玉葱・パセリ レモン果汁		人参	コーンと枝豆のソテー	キャノーラ油	チキンウインナー コーン 枝豆	人参
小学校 617 kcal	ごはん	ごはん			小学校 653 kcal	みかん		みかん		
中学校 747 kcal	すまし汁	豆腐 白かまぼこ	ごぼう・人参 干しいたけ こんにやく・長葱	大豆	中学校 755 kcal	ごはん	ごはん			
6(金)	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 キャノーラ油	さばの和風カレー煮 ベーコン・ひじき 大豆・高野豆腐 油揚げ	人参	19(木)	ごはん	ごはん			
	味噌バターラーメン	ラーメン バター	豚肉 赤みそ	もやし・コーン 人参 玉葱 長葱		人参	かぼちゃ団子汁	油揚げ みそ	かぼちゃもち 人参・ごぼう 長葱・白菜	みそ 人参 白菜
小学校 670 kcal	味噌バターラーメン	ラーメン バター	豚肉 赤みそ	もやし・コーン 人参 玉葱 長葱	小学校 595 kcal	骨に注意して食べましょう にしんの甘露煮 おおか ゆずドレッシングあえ	にしんの甘露煮 かつお削り節	大根 きゅうり 人参	人参 白菜	
中学校 834 kcal	米粉入り春巻き 華風きゅうり漬	キャノーラ油 きび砂糖 ごま油 白ごま	米粉入り春巻き	人参 きゅうり 人参	中学校 763 kcal	パーガーパン	パーガーパン			
9(月)	ごはん	ごはん			20(金)	野菜のサイコロスープ	じゃがいも	ベーコン 豚肉	大根・玉葱 人参	人参
	ピリ辛丼の具	キャノーラ油 澱粉	豚肉 うずら卵 白かまぼこ	キャベツ 人参・玉葱 たけのこ		人参	あみ焼きハンバーグ	あみ焼きハンバーグ		
小学校 669 kcal	ショーロンポー	キャノーラ油	ショーロンポー		小学校 636 kcal	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	ハンパンチキン きゅうり キャベツ 人参	人参 キャベツ	
中学校 772 kcal	黒糖パン	黒糖パン			中学校 754 kcal	スライスチーズ	スライスチーズ			
10(火)	ごはん	ごはん			23(月)	麦ごはん	麦ごはん			
	卵除去食対応 ショーロンポー	キャノーラ油 澱粉	豚肉 うずら卵 白かまぼこ	キャベツ 人参・玉葱 たけのこ		人参	キーマカレー	じゃがいも キャノーラ油 小麦粉	豚ひき肉 チーズ・脱脂粉乳 鶏レバー	玉葱 人参
小学校 680 kcal	大根の 中華ドレッシングあえ	春雨 白ごま ドレッシング		大根 人参	小学校 756 kcal	フランクフルト	フランクフルト			
中学校 880 kcal	黒糖パン	黒糖パン			中学校 974 kcal	マスケットゼリーの フルーツあえ	マスケットゼリー	みかん パイ 黄桃	人参	
11(水)	ごはん	ごはん			24(火)	コッペパン	コッペパン			
	野菜スープ	キャノーラ油	ベーコン 白かまぼこ	キャベツ コーン・人参 長葱・玉葱		人参	ポトフ	じゃがいも	ポークウインナー 人参・玉葱 セロリ	人参
小学校 717 kcal	味噌バターラーメン	ラーメン バター	豚肉 赤みそ	もやし・コーン 人参 玉葱 長葱	小学校 664 kcal	クリスピーチキン	キャノーラ油	クリスピーチキン	人参	
中学校 931 kcal	味付き肉団子 スイートポテト	さつまいも 砂糖 バター	味付き肉団子 牛乳 生クリーム	人参 玉葱	中学校 781 kcal	野菜サラダ (コーンクリームドレッシング)	ドレッシング	キャベツ・人参 きゅうり コーン	人参 玉葱 キャベツ	
12(木)	ごはん	ごはん			12(月)	タマゴソフトパン	タマゴソフトパン			
	吉野汁	澱粉	鶏肉 豆腐	たけのこ・人参 干しいたけ 長葱		人参	タマゴソフトパン	タマゴソフトパン		
小学校 613 kcal	骨に注意して食べましょう いわしの生姜煮	きび砂糖	いわしの生姜煮	人参	小学校 720 kcal	ハンバーグ	ハンバーグ			
中学校 783 kcal	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	中学校 855 kcal	ウインナーといんげんの ソテー	キャノーラ油	チキンウインナー コーン いんげん	人参 玉葱 キャベツ	

※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)