

4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 病気にかなり にくくするなど	
8(火)	江別小麦パン ブラウンシチュー	江別小麦パン じゃがいも キャノーラ油 小麦粉	豚肉	玉葱 人参 いんげん	
小学校 625 kcal 中学校 791 kcal	ハンバーグ 野菜の レモンドレッシングあえ	ハンバーグ ドレッシング	ハンバーグ	キャベツ 人参 きゅうり	
9(水)	ごはん 白菜のみそ汁	ごはん	油揚げ 豆腐 みそ	白菜・ごぼう 人参 長葱	
小学校 643 kcal 中学校 805 kcal	 骨に注意して食べましょう さばのみぞれ煮 ふきの炒め煮	さばのみぞれ煮 きび砂糖 キャノーラ油	さばのみぞれ煮 さつま揚げ	山ふき だけのこ	
10(木)	醤油ラーメン	ラーメン	豚肉	だけのこ・人参 もやし・玉葱 長葱	
小学校 657 kcal 中学校 762 kcal	さつまパイ おなかサラダ (中)プレーンヨーグルト	さつまパイ キャノーラ油 キャノーラ油 きび砂糖	かつお削り節	大根・きゅうり キャベツ	
11(金)	ごはん 大豆の磯煮	ごはん じゃがいも きび砂糖	ひじき・油揚げ 焼きちくわ 豚肉・大豆	人参 つきこんにやく	
小学校 639 kcal 中学校 826 kcal	 骨に注意して食べましょう にしんの甘露煮 小松菜のなめ茸あえ	にしんの甘露煮	にしんの甘露煮 糸寒天	小松菜・人参 もやし なめ茸	
14(月)	ごはん 水ギョウザスープ	ごはん 水ギョウザ		白菜 人参 長葱	
小学校 707 kcal 中学校 876 kcal	 骨に注意して食べましょう ぶりフライ 春雨サラダ	ぶりフライ 春雨 ごま油 きび砂糖	ぶりフライ ボークハム	もやし・人参 きゅうり レモン果汁	
15(火)	ココアパン コーンスープ	ココアパン バター	脱脂粉乳 牛乳	玉葱 コーン	
小学校 670 kcal 中学校 811 kcal	フランクフルト マカロニツナサラダ	フランクフルト マカロニ 卵無しマヨネーズ 風ドレッシング	フランクフルト	キャベツ きゅうり 人参	
16(水)	ごはん じゃがいもと小松菜の みそ汁	ごはん じゃがいも	油揚げ みそ	人参 小松菜 長葱	
小学校 640 kcal 中学校 808 kcal	鶏肉のごま照り焼き 五目うの花炒め	鶏肉のごま照り焼き キャノーラ油 きび砂糖	鶏肉のごま照り焼き おから 豚ひき肉 ひじき	しらたき 人参 長葱	
17(木)	五目うどん	うどん	鶏肉 白かまぼこ 油揚げ 高野豆腐	ごぼう 人参 長葱	
小学校 641 kcal 中学校 765 kcal	野菜かき揚げ きゅうりともやしの あえもの	キャノーラ油 きび砂糖 キャノーラ油	野菜かき揚げ 焼き豚	きゅうり・人参 もやし レモン果汁	
18(金)	バーガーパン ボークビーンズ	バーガーパン じゃがいも きび砂糖・小麦粉 キャノーラ油		玉葱 人参 大豆	
小学校 624 kcal 中学校 759 kcal	あみ焼きハンバーグ セミドライソーセージの マリネ	あみ焼きハンバーグ キャノーラ油		キャベツ 人参・玉葱 レモン果汁	
21(月)	麦ごはん わかめスープ	麦ごはん		わかめ 人参 豆腐 白かまぼこ	
小学校 606 kcal 中学校 778 kcal	ボークシュウマイ ピピンバ	ボークシュウマイ きび砂糖 ごま油 白ごま		人参・もやし だけのこ・長葱 ほうれん草	
22(火)	コッペパン イタリアンスープ	コッペパン じゃがいも		玉葱・人参 コーン	
小学校 599 kcal 中学校 805 kcal	イタリアンチキン ガリバタペンネソテー (中)はちみつレモンゼリー	イタリアンチキン ペンネ バター キャノーラ油		玉葱 エリンギ 乾燥パジル	
23(水)	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 686 kcal 中学校 854 kcal	 骨に注意して食べましょう さばの和風カレー煮 大根と鶏肉の煮物	さばの和風カレー煮 きび砂糖 澱粉		大根 人参 グリーンピース	
24(木)	スパゲティミートソース	ソフトパスタ 小麦粉	豚ひき肉 鶏レバー チーズ	玉葱 人参	
小学校 732 kcal 中学校 817 kcal	かぼちゃコロッケ ゼリー入りフルーツ ポンチ	かぼちゃコロッケ みかんゼリー		かぼちゃコロッケ パイ 黄桃	
25(金)	赤飯 小袋ごま塩 吉野汁	赤飯・キャノーラ油 ごま塩 澱粉	小豆 鶏肉 豆腐	玉葱 人参 だけのこ 人参・長葱 干しいたけ	
小学校 657 kcal 中学校 826 kcal	 骨に注意して食べましょう いわしの梅煮 きんぴらごぼう	いわしの梅煮 きび砂糖 キャノーラ油	いわしの梅煮 ひじき さつま揚げ	ごぼう・人参 しらたき	
28(月)	ごはん ボークカレー	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	玉葱 人参	
小学校 715 kcal 中学校 931 kcal	コーンと枝豆のソテー 白桃缶	コーンと枝豆のソテー キャノーラ油		コーン 枝豆 白桃	
30(水)	コッペパン ミートボールスープ	コッペパン	ミートボール	大根 人参 玉葱	
小学校 646 kcal 中学校 759 kcal	 骨に注意して食べましょう ほっけのガーリックフライ ジャーマンポテト	ほっけのガーリックフライ キャノーラ油 じゃがいも バター きび砂糖		玉葱 乾燥パセリ	

※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。）