

6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	
2(月)	ごはん ピリ辛丼の具 卵除き食対応 ごぼうのつまみ揚げ もやしときゅうりの ナムル	ごはん キャノーラ油 澱粉 きび砂糖 ごま油 白ごま	豚肉 うすら卵 白かまぼこ ごぼうのつまみ揚げ	キャベツ 人参・玉葱 だけのこ もやし きゅうり 人参	
3(火)	背割りパン 焼きそば あら焼きソーセージ キャロットサラダ	背割りパン 焼きそば キャノーラ油 ドレッシング	豚肉 焼きちくわ あら焼きソーセージ まぐろ水煮	人参 キャベツ 人参 枝豆 きゅうり	
4(水)	ごはん もやしと油揚げの みそ汁 キャベツ入り平つくね 変わりきんぴら	ごはん 油揚げ 豆腐 みそ きび砂糖 キャノーラ油 白ごま	油揚げ 豆腐 みそ キャベツ入り平つくね 豚肉 昆布 さつま揚げ	もやし 人参 長葱 人参 ごぼう 大根・人参 しらたき	みそ
5(木)	あんかけうどん ミニ揚げパン 大根の中華ドレッシング あえ	うどん 澱粉 豆腐ブレッド キャノーラ油 グラニュー糖 ドレッシング 春雨・白ごま	鶏肉 油揚げ つと 大根・人参 きゅうり	干しいだけ 長葱・玉葱 人参	
6(金)	ごはん すまし汁 骨に注意して食べましょう さばのみそ煮 五目うの花炒め	ごはん 豆腐 白かまぼこ キャノーラ油 きび砂糖	豆腐 白かまぼこ さばのみそ煮 おから 豚ひき肉 ひじき	ごぼう・人参 干しいだけ 長葱 しらたき 人参 長葱	
9(月)	味噌ラーメン ひじき入り揚げギョウザ ハリハリ漬け (中)米粉ワッフル(チョコ)	ラーメン キャノーラ油 きび砂糖 ごま油 白ごま 米粉ワッフル	豚肉 赤みそ ひじき入り揚げギョウザ 昆布 切干大根 きゅうり 人参	だけのこ もやし・人参 玉葱・長葱 人参	きゅうり
10(火)	コッペパン ポテトクリームスープ 味付き肉団子 セミドライソーセージの マリネ	コッペパン いもち バター キャノーラ油	脱脂粉乳 牛乳 味付き肉団子 セミドライソーセージ	玉葱 コーン 人参・玉葱 レモン果汁	
11(水)	ごはん わかめスープ ポークシュウマイ チャプチェ	ごはん キャノーラ油 マロニー・ごま油 きび砂糖 キャノーラ油	わかめ 豆腐 白かまぼこ ポークシュウマイ 豚肉	コーン 人参・長葱 玉葱 人参・小松菜 だけのこ 白菜キムチ	
12(木)	コッペパン イタリアンスープ 鮭メンチチーズカツ 鶏肉と大豆のトマト煮	コッペパン マカロニ じゃがいも キャノーラ油 きび砂糖 キャノーラ油 小麦粉	ベーコン 鮭メンチチーズカツ 鶏肉 大豆	玉葱 人参 コーン 玉葱 しめじ トマト湯むき	大豆
13(金)	ごはん ハヤシライス ハンバーグ ゼリー入りフルーツポンチ	ごはん じゃがいも キャノーラ油 カクテルゼリー	豚肉・鶏レバー チーズ 脱脂粉乳 ハンバーグ	玉葱 人参 人参 パイナップル	
16(月)	スパゲティミートソース ほうれん草オムレツ 【  代替揚げかまぼこ】 コールスローサラダ (コールスロドレッシング)	ソフトパスタ 小麦粉 ドレッシング	豚ひき肉 鶏レバー チーズ ほうれん草オムレツ 【代替 揚げかまぼこ】	玉葱 人参 人参 人参 人参 人参 人参 人参 人参 人参	
17(火)	ごはん じゃがいもとわかめの みそ汁 骨に注意して食べましょう いわしのみぞれ煮 切干大根の煮物	ごはん じゃがいも 油揚げ わかめ みそ キャノーラ油 きび砂糖	人参 人参 人参 人参 人参 人参	人参 人参 人参 人参 人参 人参	
18(水)	タマゴソフトパン ミネストローネ かぼちゃコロッケ 野菜のレモンドレッシング あえ	タマゴソフトパン じゃがいも きび砂糖 キャノーラ油 ドレッシング	ベーコン 人参 人参 人参 人参	人参・玉葱 人参 人参 人参 人参	きゅうり
19(木)	ごはん チンゲン菜のスープ ショールンボー ブルコギ	ごはん ベーコン 豆腐 ショールンボー きび砂糖 白ごま ごま油	チンゲン菜 人参 人参 人参 人参 人参	人参 人参 人参 人参 人参 人参	
20(金)	コッペパン チキンクリームシチュー 肉団子のケチャップあん ツナサラダ (香りがまドレッシング)	コッペパン じゃがいも バター キャノーラ油 ドレッシング	鶏肉 脱脂粉乳 牛乳 肉団子のケチャップあん まぐろ水煮	玉葱 人参 人参 人参 人参	きゅうり
23(月)	味噌けんちんうどん はんぺんフライ きゅうりの梅おかかあえ	うどん キャノーラ油 きび砂糖	鶏肉 油揚げ みそ はんぺんフライ 焼きちくわ かつお削り節	大根・人参 ごぼう 干しいだけ 長葱 きゅうり もやし 梅肉	きゅうり
24(火)	麦ごはん スープカレー コーンと枝豆のソテー りんご缶	麦ごはん じゃがいも オリーブ油 キャノーラ油	鶏肉 人参 人参 人参	人参・玉葱 人参 人参 人参	ズッキーニ
25(水)	ツインパン マカロニスープ 照り焼きチキンハンバーグ 野菜のフレンチ ドレッシングあえ ミルメーク(ココア)	ツインパン マカロニ じゃがいも キャノーラ油 ドレッシング ミルメーク	人参 人参 人参 人参	人参 人参 人参 人参	ブロッコリー
26(木)	ごはん 根菜のごま汁 骨に注意して食べましょう にしんの甘露煮 大豆とひじきの炒め煮	ごはん 白ごま 油揚げ みそ キャノーラ油 きび砂糖 キャノーラ油	人参 人参 人参 人参 人参 人参	人参 人参 人参 人参 人参 人参	大豆
27(金)	コッペパン 野菜コンソメスープ 野菜メンチカツ チーズ入りポテト (卵無しマヨネーズ風ドレッシング)	コッペパン マカロニ じゃがいも キャノーラ油 じゃがいも ドレッシング	人参 人参 人参 人参 人参 人参	人参 人参 人参 人参 人参 人参	
30(月)	ごはん 吉野汁 骨に注意して食べましょう いわしの生姜煮 豚肉とごぼうの ごまみそ煮	ごはん 鶏肉 豆腐 キャノーラ油 白ごま	人参 人参 人参 人参 人参	人参 人参 人参 人参 人参	

※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)