

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 病気にかなり にくくするなど	
2(月)	背割りパン 焼きそば	背割りパン 焼きそば キャノーラ油	豚肉 焼きちくわ	人参 キャベツ	
小学校 676 kcal					
中学校 827 kcal	あら挽きソーセージ キャロットサラダ		あら挽きソーセージ	人参 枝豆 きゅうり	
3(火)	ごはん 根菜のごま汁	ごはん 白ごま	油揚げ みそ	ごぼう 大根・人参 長葱	
小学校 621 kcal	 にしんの甘露煮		にしんの甘露煮	人参	
中学校 791 kcal	大豆とひじきの炒め煮	きび砂糖 キャノーラ油	ベーコン・ひじき 大豆・高野豆腐 焼きちくわ		
4(水)	あんかけうどん	うどん 澱粉	鶏肉 油揚げ つと	干しいたけ 長葱・玉葱 人参	
小学校 690 kcal	ミニ揚げパン	豆腐フレッド キャノーラ油 グラニュー糖			
中学校 756 kcal	大根の中華ドレッシング あえ	ドレッシング 春雨・白ごま		大根・人参 きゅうり	
5(木)	ごはん わかめスープ	ごはん	わかめ 豆腐	コーン 人参・長葱 玉葱	
小学校 604 kcal	ポークシュウマイ		ポークシュウマイ		
中学校 771 kcal	チャプチェ	マロニー・ごま油 きび砂糖 キャノーラ油	豚肉	人参・小松菜 たけのこ 白菜キムチ	
6(金)	コッペパン ポテトクリームスープ	コッペパン いもち バター	脱脂粉乳 牛乳	玉葱 コーン	
小学校 637 kcal	味付き肉団子		味付き肉団子		
中学校 862 kcal	セミドライソーセージの マリネ	キャノーラ油	セミドライソーセージ	キャベツ 人参・玉葱 レモン果汁	
9(月)	ごはん すまし汁	ごはん	豆腐 白かまぼこ	ごぼう・人参 干しいたけ 長葱	
小学校 665 kcal	 さばのみそ煮		さばのみそ煮		
中学校 831 kcal	五目うの花ゆめ	キャノーラ油 きび砂糖	おから 豚ひき肉 ひじき	しらたき 人参 長葱	
10(火)	味噌ラーメン	ラーメン	豚肉 赤みそ	たけのこ もやし・人参 玉葱・長葱	
小学校 610 kcal	ひじき入り揚げギョウザ ハリハリ漬け	キャノーラ油 きび砂糖 ごま油 白ごま	ひじき入り揚げギョウザ 昆布	切干大根 きゅうり 人参	
中学校 766 kcal	(中)米粉ワッフル(チョコ)	米粉ワッフル			
11(水)	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 コーン	
小学校 608 kcal	肉団子のケチャップあん ツナサラダ		肉団子のケチャップあん	キャベツ 玉葱 きゅうり	
中学校 807 kcal	(香りごまドレッシング)	ドレッシング	まぐろ水煮		
12(木)	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 617 kcal	キャベツ入り平つくね 変わりきんぴら	きび砂糖 キャノーラ油 白ごま	キャベツ入り平つくね 豚肉 昆布	ごぼう 大根・人参 しらたき	
中学校 781 kcal			さつま揚げ		
13(金)	タマゴソフトパン ミネストローネ	タマゴソフトパン じゃがいも きび砂糖	ベーコン	人参・玉葱 キャベツ パセリ トマト湯むき	
小学校 691 kcal	かぼちゃコロッケ	キャノーラ油		かぼちゃコロッケ	
中学校 814 kcal	野菜のレモンドレッシング あえ	ドレッシング		きゅうり 大根・人参	
16(月)	ごはん チンゲン菜のスープ	ごはん	ベーコン 豆腐	チンゲン菜 人参・長葱 玉葱	
小学校 656 kcal	ショールンポー		ショールンポー		
中学校 828 kcal	ブルコギ	きび砂糖 白ごま ごま油	豚肉	ピーマン しらたき 玉葱・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 病気にかなり にくくするなど	
17(火)	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 666 kcal	ほうれん草オムレツ 〔Q代表〕揚げかまぼこ		ほうれん草オムレツ 〔代表〕揚げかまぼこ		
中学校 751 kcal	コールスローサラダ (コルスロドレッシング)	ドレッシング		キャベツ 人参 コーン	
18(水)	ごはん じゃがいもとわかめの みそ汁	ごはん じゃがいも	油揚げ わかめ みそ	人参 長葱	
小学校 672 kcal	 いわしのみぞれ煮		いわしのみぞれ煮		
中学校 839 kcal	切干大根の煮物	キャノーラ油 きび砂糖	鶏肉 さつま揚げ	切干大根 人参	
19(木)	コッペパン イタリアンスープ	コッペパン マカロニ じゃがいも	ベーコン	玉葱 人参 コーン	
小学校 634 kcal	鮭メンチチーズカツ	キャノーラ油	鮭メンチチーズカツ		
中学校 747 kcal	鶏肉と大豆のトマト煮	きび砂糖 キャノーラ油 小麦粉	鶏肉 大豆	玉葱 しめじ トマト湯むき	
20(金)	ごはん ハヤシライス	ごはん じゃがいも	豚肉・鶏レバー チーズ 脱脂粉乳	玉葱 人参	
小学校 764 kcal	ハンバーグ		ハンバーグ		
中学校 970 kcal	ゼリー入りフルーツポンチ	カクテルゼリー		パイナップル 黄桃	
23(月)	麦ごはん スープカレー	麦ごはん じゃがいも オリーブ油	鶏肉	人参・玉葱 キャベツ・しめじ ズッキーニ・パプリカ トマト湯むき	
小学校 704 kcal	コーンと枝豆のソテー	キャノーラ油	ポークウィンナー	コーン 枝豆 りんご	
中学校 935 kcal	りんご缶				
24(火)	味噌けんちんうどん	うどん	鶏肉 油揚げ みそ	大根・人参 ごぼう 干しいたけ 長葱	
小学校 688 kcal	はんぺんフライ	キャノーラ油	はんぺんフライ		
中学校 749 kcal	きゅうりの梅おかかあえ	きび砂糖	焼きちくわ かつお削り節 梅肉	きゅうり もやし 梅肉	
25(水)	ごはん 吉野汁	ごはん 澱粉	鶏肉 豆腐	たけのこ 人参・長葱 干しいたけ	
小学校 641 kcal	 いわしの生姜煮		いわしの生姜煮		
中学校 810 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	
26(木)	ツインパン マカロニスープ	ツインパン マカロニ じゃがいも	ベーコン	玉葱 人参	
小学校 636 kcal	照り焼きチキンハンバーグ		照り焼きチキンハンバーグ	キャベツ・人参 ブロッコリー コーン	
中学校 749 kcal	野菜のフレンチ ドレッシングあえ	ドレッシング			
27(金)	ごはん ピリ辛丼の具	ごはん キャノーラ油	豚肉 うずら卵 白かまぼこ	キャベツ 人参・玉葱 たけのこ	
小学校 627 kcal	ごぼうのつまみ揚げ	きび砂糖	ごぼうのつまみ揚げ		
中学校 811 kcal	もやしときゅうりの ナムル	ごま油 白ごま		もやし きゅうり 人参	
30(月)	コッペパン 野菜コンソメスープ	コッペパン	ベーコン	キャベツ 玉葱・人参 コーン	
小学校 653 kcal	野菜メンチカツ	キャノーラ油	野菜メンチカツ		
中学校 760 kcal	チーズ入りポテト (卵無しマヨネーズ風ドレッシング)	じゃがいも ドレッシング	チーズ	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)