

# 10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 病気にかなり 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 病気にかなり にくくするなど		
1(水) 五目うどん いなり寿司 紫玉葱とブロッコリーのおかかサラダ (中)プレーンヨーグルト	うどん	鶏肉・油揚げ 白かまぼこ 高野豆腐	ごぼう 人参 長葱	人参 長葱	20(月) 生姜ラーメン 米粉入り春巻き 華風きゅうり漬け	ラーメン	豚肉	もやし 人参・玉葱 長葱 生姜	人参 玉葱 生姜 長葱	
	いなり寿司	キャノーラ油	かつお削り節	キャベツ・紫玉葱		キャノーラ油	米粉入り春巻き		きゅうり	人参
	きび砂糖		ブロッコリー レモン果汁	キャベツ		きび砂糖	ごま油			
2(木) ごはん ワンタンスープ ぶりフライ ホイコーロー	ごはん				21(火) 黒糖パン ラビオリスープ 照り焼きチキンハンバーグ ジャーマンポテト	黒糖パン			玉葱	
	ワンタンスープ	ワンタン	人参 大根 長葱	人参		ポークラビオリ		玉葱 長葱 人参	玉葱 長葱	
	ぶりフライ	キャノーラ油	ぶりフライ	長葱		照り焼きチキンハンバーグ				人参
ホイコーロー	きび砂糖	豚肉 厚揚げ 赤みそ	キャベツ・長葱 干しいたけ ピーマン	キャベツ	じゃがいも バター きび砂糖	ベーコン	玉葱 パセリ	人参 じゃがいも		
3(金) コッペパン マカロニのクリーム煮 イタリアンチキン コーンと枝豆のソテー	コッペパン				22(水) ごはん 中華丼の具 卵除き食対応 ポークシュウマイ 大根のナムル	コッペパン				
	マカロニのクリーム煮	じゃがいも マカロニ バター	玉葱 人参	じゃがいも		中華丼の具	きび砂糖 澱粉 ごま油	豚肉 うずら卵 白かまぼこ	白菜 人参 玉葱	白菜
	イタリアンチキン	バター	豚肉 牛乳 脱脂粉乳	玉葱 人参		玉葱	ポークシュウマイ	ポークシュウマイ		人参
コーンと枝豆のソテー	キャノーラ油	イタリアンチキン ポークウィンナー	コーン 枝豆	人参	春雨・白ごま きび砂糖 ごま油		大根 人参	玉葱		
6(月) スパゲティミートソース チキンナゲット パイン缶	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	玉葱 人参	23(木) ごはん 吉野汁 さばのみそ煮 肉じゃが	ごはん				
	チキンナゲット	キャノーラ油	チキンナゲット			吉野汁	澱粉	鶏肉 豆腐	たけのこ 人参・長葱 干しいたけ	人参 長葱
	パイン缶					さばのみそ煮		さばのみそ煮		じゃがいも
肉じゃが	じゃがいも きび砂糖	豚肉	しらたき	人参 玉葱	じゃがいも きび砂糖	豚肉	しらたき 枝豆 玉葱	じゃがいも 玉葱		
7(火) ごはん 白菜のみそ汁 いわしの生姜煮 きんぴらごぼう	ごはん				24(金) コッペパン 野菜コンソメスープ 野菜入り肉団子 ペンネポモドーロ チョコ大豆クリーム	コッペパン				
	白菜のみそ汁		油揚げ 豆腐 白みそ	白菜 人参 長葱		野菜コンソメスープ		ベーコン	キャベツ 玉葱・人参 コーン	キャベツ
	いわしの生姜煮	きび砂糖	いわしの生姜煮	白菜		野菜入り肉団子	野菜入り肉団子		玉葱	玉葱
きんぴらごぼう	キャノーラ油	ひじき さつま揚げ	ごぼう 人参 しらたき	長葱	ペンネポモドーロ	ペンネ・きび砂糖	豚ひき肉	玉葱	人参	
チョコ大豆クリーム	キャノーラ油				チョコ大豆クリーム				人参	
8(水) コッペパン 大根とベーコンのスープ プレーンオムレツ ニョッキとなすのトマト煮 (中)ブルーベリージャム	コッペパン				27(月) ごはん 中華スープ ショーロンポー チャブチェ	ごはん				
	大根とベーコンのスープ	ベーコン	大根・玉葱 人参	玉葱		中華スープ		ベーコン 豆腐	人参 もやし 玉葱	人参
	プレーンオムレツ	プレーンオムレツ		人参		ショーロンポー	ショーロンポー			玉葱
ニョッキとなすのトマト煮	ニョッキ・きび砂糖 小麦粉・キャノーラ油	鶏肉	玉葱・なす トマト薄むき	なす	チャブチェ	マロニー・ごま油 きび砂糖	豚肉	人参・たけのこ 白菜キムチ 小松菜	玉葱	
(中)ブルーベリージャム	ブルーベリージャム					キャノーラ油			人参	
9(木) ごはん 大豆の磯煮 にしんの甘露煮 もやしと小松菜のごまあえ	ごはん				28(火) きのこうどん 野菜かき揚げ 浅漬け	ごはん				
	大豆の磯煮	じゃがいも きび砂糖	ひじき・豚肉 焼きちくわ 油揚げ・大豆	人参 じゃがいも		きのこうどん	うどん	鶏肉 つと 油揚げ	干しいたけ 舞茸 たもぎ草 長葱・人参	人参 長葱
	にしんの甘露煮		にしんの甘露煮	大豆		野菜かき揚げ	キャノーラ油		野菜かき揚げ	人参
もやしと小松菜のごまあえ	白ごま きび砂糖	糸寒天	小松菜 もやし 人参	人参	浅漬け	白ごま		きゅうり キャベツ 人参		
10(金) コッペパン コンソメスープ あみ焼きハンバーグ マカロニサラダ	コッペパン				29(水) ごはん もやしと油揚げのみそ汁 いわしの梅煮 焼肉丼の具	ごはん				
	コンソメスープ	バター	脱脂粉乳 牛乳	玉葱 コーン		玉葱	もやしと油揚げのみそ汁	油揚げ 豆腐 みそ	もやし 人参 長葱	人参
	あみ焼きハンバーグ		あみ焼きハンバーグ	キャベツ		いわしの梅煮	きび砂糖	いわしの梅煮		人参
マカロニサラダ	マカロニ ドレッシング	チキンウィンナー	キャベツ きゅうり 人参	人参	焼肉丼の具	キャノーラ油	白かまぼこ 人参	人参 つきこんにゃく 玉葱		
14(火) ごはん じゃがいもとわかめのみそ汁 あじフライ 五目うの花炒め	ごはん				30(木) 背割りパン 焼きそば フランクフルト ごぼうサラダ	ごはん				
	じゃがいもとわかめのみそ汁	じゃがいも	油揚げ わかめ 白みそ	人参 長葱		背割りパン	背割りパン			
	あじフライ	キャノーラ油	あじフライ	人参		焼きそば	ラーメン	豚肉 焼きちくわ	人参 キャベツ	人参
五目うの花炒め	キャノーラ油 きび砂糖	おから 豚ひき肉	しらたき 人参 長葱	長葱	フランクフルト	フランクフルト			人参	
ごぼうサラダ	きび砂糖				ごぼうサラダ	卵無しマヨネーズ 風ドレッシング		ごぼう 人参 コーン	キャベツ	
15(水) たまごソフトパン えびボールスープ 肉団子のケチャップあん 江別小麦ラーメン サラダ	たまごソフトパン				31(金) ごはん 江別の実りカレー ハンバーグ ハロウィンフルーツ ポンチ	ごはん				
	えびボールスープ	たまごソフトパン	えびボール	大根 人参 長葱		江別の実りカレー	キャノーラ油 小麦粉	鶏肉 大豆 チーズ	玉葱 人参 かぼちゃ	人参 玉葱
	肉団子のケチャップあん		肉団子のケチャップあん	長葱		ハンバーグ		ハンバーグ		人参
江別小麦ラーメン	江別小麦めん	鶏ささみ水煮	きゅうり	キャベツ	ハロウィンフルーツ	ぶどうゼリー		人参	かぼちゃ	
サラダ	ごまドレッシング		キャベツ	キャベツ	ポンチ	みかんゼリー			大豆	
16(木) ごはん ハヤシライス 福神漬け りんご	ごはん					ごはん				
	ハヤシライス	じゃがいも	豚肉	玉葱 人参		福神漬け				人参
	福神漬け					りんご				人参
りんご									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)