

10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	
1(水)	コッペパン	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	鶏肉 牛乳 脱脂粉乳	玉葱 人参	
	イタリアンチキン		イタリアンチキン		
	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	
2(木)	五目うどん	うどん	鶏肉・油揚げ 白かまぼこ 高野豆腐	ごぼう 人参 長葱	 
	いなり寿司	いなり寿司			
	紫玉葱とブロッコリーのおかかサラダ	キャノーラ油 きび砂糖	かつお削り節	キャベツ・紫玉葱 ブロッコリー レモン果汁	
	(中)プレーンヨーグルト		プレーンヨーグルト		
3(金)	ごはん	ごはん			 
	白菜のみそ汁		油揚げ 豆腐 白みそ	白菜 人参 長葱	
	骨に注意して食べましょう				
	いわしの生姜煮		いわしの生姜煮		
6(月)	ごはん	ごはん			 
	ワンタンスープ		ワンタン	人参 大根 長葱	
	骨に注意して食べましょう				
	ぶりフライ	キャノーラ油	ぶりフライ		
7(火)	コッペパン	コッペパン			 
	野菜コンソメスープ		ベーコン	キャベツ 玉葱・人参 コーン	
	野菜入り肉団子		野菜入り肉団子		
	ペンネボモドーロ	ペンネ・きび砂糖 キャノーラ油	豚ひき肉	玉葱 ピーマン	
8(水)	ごはん	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 つきこんにやく	
	骨に注意して食べましょう				
	にしんの甘露煮		にしんの甘露煮		
9(木)	背割りパン	背割りパン			 
	焼きそば	ラーメン キャノーラ油	豚肉 焼きちくわ	人参 キャベツ	
	フランクフルト		フランクフルト		
	ごぼうサラダ	酢無しマヨネーズ 風ドレッシング		ごぼう 人参 コーン	
10(金)	ごはん	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	
	骨に注意して食べましょう				
	あじフライ	キャノーラ油	あじフライ		
14(火)	コッペパン	コッペパン			 
	コーンスープ	バター	脱脂粉乳 牛乳	玉葱 コーン	
	あみ焼きハンバーグ		あみ焼きハンバーグ		
	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	
15(水)	ごはん	ごはん			 
	吉野汁	澱粉	鶏肉 豆腐	だけのこ 人参・長葱 干しいたけ	
	骨に注意して食べましょう				
	さばのみそ煮		さばのみそ煮		
16(木)	ごはん	ごはん			 
	肉じゃが	じゃがいも きび砂糖	豚肉	しらたき 枝豆 玉葱	
	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	
	チキンナゲット	キャノーラ油	チキンナゲット		
20(月)	ごはん	ごはん			 
	中華丼の具	きび砂糖	豚肉 うずら卵	白菜 人参 玉葱	
	骨に注意して食べましょう				
	ポークシュウマイ	ごま油	ポークシュウマイ		
21(火)	ごはん	ごはん			 
	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	
	骨に注意して食べましょう				
	いわしの梅煮		いわしの梅煮		
22(水)	生姜ラーメン	ラーメン	豚肉	もやし 人参・玉葱 長葱 生姜	 
	米粉入り春巻き	キャノーラ油	米粉入り春巻き		
	華風きゅうり漬け	きび砂糖 ごま油 白ごま		きゅうり 人参	
	黒糖パン	黒糖パン		玉葱 長葱 人参	
23(木)	ラビオリスープ	ポークラビオリ		玉葱 長葱 人参	 
	照り焼きチキンハンバーグ		照り焼きチキンハンバーグ		
	ジャーマンポテト	じゃがいも バター きび砂糖	ベーコン	玉葱 パセリ	
	ごはん	ごはん			
24(金)	ハヤシライス	じゃがいも	豚肉	玉葱 人参	 
	福神漬け			福神漬け	
	りんご			りんご	
	きのこうどん	うどん	鶏肉 つと 油揚げ	干しいたけ 舞茸 たもぎ茸 長葱・人参	
27(月)	野菜かき揚げ	キャノーラ油		野菜かき揚げ	 
	浅漬け	白ごま		きゅうり キャベツ 人参	
	ごはん	ごはん			
	中華スープ		ベーコン 豆腐	人参 もやし 玉葱	
28(火)	ごはん	ごはん			 
	中華スープ		ベーコン 豆腐	人参 もやし 玉葱	
	ショーロンボー		ショーロンボー		
	チャブチェ	マロニー・ごま油 きび砂糖 キャノーラ油	豚肉	人参・だけのこ 白菜キムチ 小松菜	
29(水)	コッペパン	コッペパン			 
	大根とベーコンの スープ		ベーコン	大根・玉葱 人参	
	プレーンオムレツ		プレーンオムレツ		
	[代]揚げかまぼこ		[代]揚げかまぼこ		
30(木)	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 トマト湯むき	 
	(中)ブルーベリージャム	ブルーベリージャム			
	ごはん	ごはん			
	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	
31(金)	ハンバーグ		ハンバーグ		 
	ハロウィンフルーツ ポンチ	ぶどうゼリー みかんゼリー		パイナップル	
	タマゴソフトパン	タマゴソフトパン			
	えびボールスープ		えびボール	大根 人参 長葱	
20(月)	肉団子のケチャップあん		肉団子のケチャップあん		 
	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	
	サラダ	ごまドレッシング			
	ごはん	ごはん			

※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）