





12月予定こんだて表

江別市立学校給食センター
対應調理場 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(月)	ごはん さつまい	ごはん さつまいも	豚肉 豆腐	人参 玉葱	
小学校 634 kcal 中学校 806 kcal	 骨に注意して食べましょう		白みそ	長葱	
	さんまの生姜煮 キャベツの 塩こんぶあえ		さんまの生姜煮 塩こんぶ	キャベツ 人参 きゅうり	
2(火)	コッペパン 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	
小学校 680 kcal 中学校 821 kcal	照り焼きチキンハンバーグ 野菜サラダ		照り焼きチキンハンバーグ ドレッシング ボークハム	キャベツ きゅうり 人参	
3(水)	ごはん 豆腐となめこのみそ汁	ごはん 豆腐	豆腐 油揚げ みそ	人参・大根 なめこ 長葱	
小学校 646 kcal 中学校 811 kcal	しょうゆザンギ 五目きんぴら	キャノーラ油 きび砂糖 キャノーラ油 白ごま	しょうゆザンギ 豚肉 ひじき さつま揚げ	ごぼう 人参 しらたき	
4(木)	五目うどん	うどん	鶏肉 高野豆腐	ごぼう 人参 長葱	
小学校 627 kcal 中学校 782 kcal	いなり寿司 小松菜のごまあえ	いなり寿司 白ごま きび砂糖	白かまぼこ 糸かんでん	小松菜 人参	
	(中)はちみつレモンゼリー	はちみつレモンゼリー			
5(金)	ごはん クイッティオスープ	ごはん クイッティオ	ベーコン	人参 もやし 長葱	
小学校 612 kcal 中学校 786 kcal	ガバオライスの具	きび砂糖 キャノーラ油	豚ひき肉 大豆ミート	玉葱・人参 赤ピーマン ピーマン・パプリカ	
	パイン缶			パイン	
8(月)	スパゲティミートソース	ソフトパスタ きび砂糖 小麦粉	豚ひき肉 鶏レバー	玉葱 人参	
小学校 718 kcal 中学校 807 kcal	フランクフルト さつまいもマッシュ		フランクフルト 牛乳 生クリーム		
9(火)	ミルクパン キャベツの コンソメスープ	ミルクパン	ベーコン	キャベツ 玉葱・人参 しめじ	
小学校 605 kcal 中学校 811 kcal	チーズイン肉団子 ごぼうサラダ		チーズイン肉団子 ドレッシング	キャベツ 人参 コーン	
10(水)	ごはん 大豆の磯煮	ごはん 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	
小学校 650 kcal 中学校 838 kcal	 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 華風きゅうり漬け	きび砂糖 ごま油 白ごま		きゅうり 人参	
11(木)	ツインパン ラビオリスープ	ツインパン ボークラビオリ		白菜 長葱 人参	
小学校 632 kcal 中学校 748 kcal	えびカツ コーンとウインナーの ソテー	キャノーラ油 キャノーラ油	えびカツ チキンウインナー	コーン	
12(金)	ごはん もやしと油揚げのみそ汁	ごはん	油揚げ 豆腐 白みそ	もやし 人参 長葱	
小学校 657 kcal 中学校 826 kcal	 骨に注意して食べましょう		さばの照り煮		
	さばの照り煮 五目うの花炒め	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	

	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	
15(月)	豚キムチうどん	うどん きび砂糖	豚肉 油揚げ 赤みそ	えのき・玉葱 白菜キムチ 人参・長葱	
小学校 590 kcal 中学校 747 kcal	コーンのつまみ揚げ 大根の浅漬け	白ごま	コーンのつまみ揚げ	大根・人参 きゅうり キャベツ	
	(中)プレーンヨーグルト		プレーンヨーグルト		
16(火)	ごはん 中華丼の具	ごはん 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	
小学校 665 kcal 中学校 850 kcal	 卵除去食対応				
	ポークシュウマイ みかん		ポークシュウマイ	みかん	
17(水)	コッペパン 野菜スープ	コッペパン	ベーコン	キャベツ・コーン 人参・長葱・玉葱	
小学校 689 kcal 中学校 794 kcal	ほたてクリームコロッケ 鶏肉のトマト煮	キャノーラ油 ほたてクリームコロッケ きび砂糖・小麦粉 キャノーラ油			
	チョコ大豆クリーム	チョコ大豆クリーム			
18(木)	ごはん 白菜とえのきのみそ汁	ごはん	油揚げ 豆腐 白みそ	白菜 えのき 人参・長葱	
小学校 680 kcal 中学校 861 kcal	 骨に注意して食べましょう		いわしの梅煮		
	いわしの梅煮 炒め納豆	キャノーラ油 きび砂糖	豚ひき肉 ひきわり納豆	玉葱 人参 ピーマン	
19(金)	コッペパン コンスープ	コッペパン バター	脱脂粉乳 牛乳	玉葱 コーン	
小学校 633 kcal 中学校 766 kcal	イタリアンチキン コールスローサラダ		イタリアンチキン ドレッシング ボークハム	キャベツ 人参 きゅうり	
22(月)	ごはん スープカレー	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・パプリカ トマト湯むき	
小学校 698 kcal 中学校 892 kcal	ハンバーグ ゆずゼリー入り フルーツあえ		ハンバーグ	みかん パイン・黄桃	
23(火)	ごはん かぼちゃ団子汁	ごはん	高野豆腐	かぼちゃもち 人参・長葱 大根	
小学校 639 kcal 中学校 811 kcal	えべつチンたまご焼き 〔代替〕揚げかまぼこ〕 豚肉とごぼうの ごまみそ煮		えべつチンたまご焼き 〔代替〕揚げかまぼこ〕 きび砂糖・白ごま キャノーラ油 赤みそ		
24(水)	コッペパン ポークビーンズ	コッペパン きび砂糖 キャノーラ油 小麦粉	豚肉 ベーコン 大豆	玉葱・人参 枝豆 コーン	
小学校 736 kcal 中学校 878 kcal	チキンナゲット セミドライソーセージの マリネ クリスマスケーキ(チョコ)	キャノーラ油 キャノーラ油 クリスマスケーキ	チキンナゲット セミドライソーセージ	キャベツ・人参 玉葱・レモン果汁	
25(木)	醤油ラーメン	ラーメン	豚肉	たけのこ もやし・人参 玉葱・長葱	
小学校 594 kcal 中学校 754 kcal	ショーロンボー 大根のナムル	春雨・白ごま きび砂糖 ごま油	ショーロンボー	大根 人参	
	(中)ベビーチーズ		ベビーチーズ		

※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）