

# 1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830kcal 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 病気にかかり 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 病気にかかり にくくするなど	
16(金)	ごはん お雑煮 骨に注意して食べましょう	ごはん			玉 葱	26(月)	きのこうどん	うどん	鶏肉 つと	干ししいたけ 舞茸・たもぎ茸 長葱・人参	
小学校 711 kcal	ほつけ和風フライ もじ〇代替ごまあえ	餅	鶏肉 つと	大根・人参 ごぼう 長葱		いなり寿司	いなり寿司				
中学校 896 kcal		キャノーラ油	ほつけ和風フライ			きゅうりともやしの あえもの	きび砂糖 キャノーラ油	焼き豚	きゅうり もやし・人参 レモン果汁		
		白ごま きび砂糖	糸寒天	ほうれん草 もやし 人参		(中)はちみフレモンゼリー	はちみフレモンゼリー				
19(月)	スパゲティミートソース 骨に注意して食べましょう	ソフトパスタ 小麦粉 きび砂糖	豚ひき肉 鶏レバー	玉葱 人参	玉 葱	27(火)	ごはん ポークカレー	ごはん じゃがいも キャノーラ油 小麦粉	玉葱 チーズ 鶏レバー 脱脂粉乳	玉葱	
小学校 669 kcal	ほうれん草オムレツ 〔〇代替揚げかまぼこ〕		ほうれん草オムレツ			ハンバーグ		ハンバーグ			
中学校 753 kcal	グレープゼリー入り フルーツポンチ	グレープゼリー		パイン 黄桃		みかん			みかん		
						28(水)	コッペパン 野菜コンソメスープ	コッペパン ベーコン	キヤベツ・玉葱 人参 コーン	キヤベツ	
20(火)	ごはん 白菜のみぞ汁 骨に注意して食べましょう	ごはん			み そ 玉 葱 大 豆	小学校 658 kcal	イタリアンチキン		イタリアンチキン		
小学校 694 kcal	さばの和風カレー煮 大豆とひじきの炒め煮	油揚げ 豆腐 みそ	白菜 人参 長葱			中学校 761 kcal	ペンネガーリックソテー	ペンネ キャノーラ油	玉葱・バジル エリンギ	玉 葱	
中学校 862 kcal		キャノーラ油	ベーコン・ひじき 大豆・高野豆腐 焼きちくわ	人参			チョコ大豆クリーム	チョコ大豆クリーム			
						29(木)	ごはん うずら卵入りおでん 卵除去食対応 骨に注意して食べましょう	ごはん きび砂糖 野菜入りたらボール 高野豆腐・昆布 うずら卵 山ふき	こんにゃく たけのこ・大根 山ふき		
21(水)	バーガーパン ラビオリスープ ささみ骨に注意して食べましょう (ソース)	バーガーパン ポークラビオリ		大根・長葱 人参・コーン	玉 葱	小学校 619 kcal	にしんの甘露煮		にしんの甘露煮		
小学校 627 kcal	セミドライソーセージの マリネ (中)スライスチーズ	キャノーラ油	セミドライソーセージ	キヤベツ・人参 玉葱・レモン果汁		中学校 801 kcal	白菜の浅漬け	白ごま		きゅうり 白菜 人参	
中学校 783 kcal							黒糖パン	黒糖パン			
			スライスチーズ			30(金)	コーンスープ 骨に注意して食べましょう	バター 牛乳	脱脂粉乳 玉葱 コーン	玉 葱	
22(木)	麦ごはん 中華スープ ポークシュウマイ チャプチェ	麦ごはん			玉 葱	小学校 660 kcal	たらのスパイス揚げ	キャノーラ油	たらのスパイス揚げ		
小学校 621 kcal		ベーコン 豆腐	人参 もやし 玉葱			中学校 793 kcal	野菜のレモン ドレッシングあえ	ドレッシング		キヤベツ 人参 きゅうり	
中学校 811 kcal		ポークシュウマイ	豚肉	人参・たけのこ							
		マロニー・ごま油	白菜キムチ								
		きび砂糖 キャノーラ油	小松菜								
23(金)	コッペパン ブラウンシチュー フランクフルト コーンと枝豆のソテー	コッペパン じゃがいも キャノーラ油 小麦粉	玉葱 人参		玉 葱						
小学校 675 kcal											
中学校 821 kcal											

※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）