

1月予定こんだて表

江別市立学校給食センター
対応調理場 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 病気にかかり にくくするなど	
16(金)	スパゲティミートソース	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
小学校 669 kcal	ほうれん草オムレツ 〔 6代目 揚げかまぼこ〕		ほうれん草オムレツ 〔代替 揚げかまぼこ〕		
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		パイナップル 黄桃	
19(月)	ごはん お雑煮	ごはん 餅	鶏肉 つと	大根・人参 ごぼう 長葱	 玉 葱
小学校 711 kcal	 餅の食べ方に 注意しましょう				
中学校 896 kcal	ほっけ和風フライ もやしのごまあえ	キャノーラ油 白ごま きび砂糖	ほっけ和風フライ 糸寒天	ほうれん草 もやし 人参	
20(火)	コッペパン ブラウンシチュー	コッペパン じゃがいも キャノーラ油 小麦粉	豚肉	玉葱 人参	 玉 葱
小学校 675 kcal	フランクフルト		フランクフルト		
中学校 821 kcal	コーンと枝豆のソテー	キャノーラ油	ベーコン	コーン 枝豆	
21(水)	ごはん 白菜のみそ汁	ごはん	油揚げ 豆腐 みそ	白菜 人参 長葱	 み そ
小学校 694 kcal	 骨の注意して食べよう		さばの和風カレー煮		
中学校 862 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	人参	
22(木)	バーガーパン ラビオリスープ	バーガーパン ポークラビオリ		大根・長葱 人参・コーン	 キャベツ
小学校 627 kcal	ささみカツ (ソース)	キャノーラ油	ささみカツ		
中学校 783 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	キャベツ・人参 玉葱・レモン果汁	
23(金)	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	豚肉 チーズ 鶏レバー 脱脂粉乳	玉葱 人参	 玉 葱
小学校 761 kcal					
中学校 960 kcal	ハンバーグ みかん		ハンバーグ	みかん	

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	
26(月)	麦ごはん 中華スープ	麦ごはん	ベーコン 豆腐	人参 もやし 玉葱	 玉 葱
小学校 621 kcal	ポークシュウマイ チャプチェ		ポークシュウマイ		
中学校 811 kcal		マロニー・ごま油 きび砂糖 キャノーラ油	豚肉	人参・たけのこ 白菜キムチ 小松菜	
27(火)	黒糖パン コーンスープ	黒糖パン バター	脱脂粉乳 牛乳	玉葱 コーン	 玉 葱
小学校 660 kcal	 骨の注意して食べよう				
中学校 793 kcal	たらのスパイス揚げ 野菜のレモン ドレッシングあえ	キャノーラ油 ドレッシング	たらのスパイス揚げ	キャベツ 人参 きゅうり	
28(水)	ごはん うずら卵入りおでん 卵除去食対応 にんじんの甘露煮 白菜の浅漬け	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	こんにゃく たけのこ・大根 山ふき きゅうり 白菜 人参	 キャベツ
小学校 619 kcal	 骨の注意して食べよう		にんじんの甘露煮		
中学校 801 kcal		白ごま			
29(木)	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	 玉 葱
小学校 658 kcal	イタリアンチキン ペネゲアリックソテー		イタリアンチキン		
中学校 761 kcal		パンネ キャノーラ油	ポークウインナー	玉葱・バジル エリンギ	
30(金)	きのこうどん いなり寿司 きゅうりともやしの あえもの (中)はちみつレモンゼリー	うどん いなり寿司 きび砂糖 キャノーラ油 はちみつレモンゼリー	鶏肉 つと 焼き豚	干しいたけ 舞茸・たもぎ茸 長葱・人参 きゅうり もやし・人参 レモン果汁	

※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）