

3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		
2(月)	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	12(木)	ごはん 沢煮椀	ごはん	豚肉 豆腐	ごぼう 人参・長葱 干しいたけ	大豆
小学校 653 kcal	ミニ揚げパン	キャノーラ油 グラニュー糖 豆腐ブレッド			骨に注意して食べましょう	ほっけ西京フライ	キャノーラ油	ほっけ西京フライ		
中学校 747 kcal	白菜ときゅうりのナムル	春雨・きび砂糖 ごま油・白ごま	ポークハム	白菜・人参 きゅうり	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 高野豆腐・大豆 焼きちくわ		
	(中)ベビーチーズ		ベビーチーズ							
3(火)	ごはん	ごはん			13(金)	コッペパン 米粉のコンスープ	コッペパン バター 米粉	脱脂粉乳 牛乳	玉葱 コーン	玉葱
小学校 591 kcal	いもち入りけんちん汁	いもち	鶏肉 豆腐	人参・大根・長葱 つきこんにゃく	あみ焼きハンバーグ			あみ焼きハンバーグ		
中学校 752 kcal	えべちゅんたまご焼き [◎代替 揚げかまぼこ]		えべちゅんたまご焼き	[代替 揚げかまぼこ]	セミドライソーセージの マリネ	キャノーラ油	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	
	ほうれん草のからしあえ	きび砂糖	糸寒天	ほうれん草 もやし・人参						
	味付けのり		味付けのり							
4(水)	コッペパン ABCマカロニスープ	コッペパン じゃがいも マカロニ		玉葱 人参	16(月)	ごはん ピリ辛丼の具	ごはん ごま油 キャノーラ油 澱粉	豚肉 うずら卵 白かまぼこ	キャベツ 人参 玉葱 たけのこ	玉葱
小学校 616 kcal	味付き肉団子		味付き肉団子		卵除去食対応	ポークシュウマイ		ポークシュウマイ		
中学校 810 kcal	鶏肉のトマト煮	きび砂糖 キャノーラ油 小麦粉	鶏肉	玉葱 エリンギ トマト湯むき		大根とツナのサラダ	ドレッシング	わかめ まぐろ水煮	大根 人参	
5(木)	ごはん 大豆入りポークカレー	ごはん じゃがいも キャノーラ油 小麦粉	豚肉・大豆 チーズ 鶏レバー 脱脂粉乳	玉葱 人参	17(火)	タマゴソフトパン 大根とえびボールの スープ	タマゴソフトパン		えびボール 大根 人参 長葱	玉葱
小学校 703 kcal	コーンとピーマンの ソテー	キャノーラ油	ベーコン	コーン ピーマン	イタリアンチキン		イタリアンチキン			
中学校 924 kcal	清見オレンジ			清見オレンジ	江別小麦 ラーメンサラダ	江別小麦めん 白ごま ドレッシング		鶏ささみ水煮	きゅうり キャベツ 人参	
6(金)	背割りパン 豆腐入り野菜スープ	背割りパン			18(水)	ごはん もずくスープ	ごはん	もずく・豆腐 ベーコン	人参・玉葱 長葱	玉葱
小学校 653 kcal	ウインナーの ケチャップソースがけ	きび砂糖	ポークウインナー		コーンのつまみ揚げ		コーンのつまみ揚げ			
中学校 747 kcal	コールスローサラダ	ドレッシング		キャベツ・人参 きゅうり	ピピンバ	きび砂糖 ごま油 白ごま		豚肉 赤みそ	人参・長葱 もやし たけのこ ほうれん草	
	カップアイス		カップアイス							
9(月)	わかめごはん 白菜とえのきのみそ汁	わかめごはん			19(木)	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	玉葱
小学校 662 kcal	醤油ザンギ	キャノーラ油	醤油ザンギ		青のりポテト	フレンチポテト キャノーラ油		青のり		
中学校 823 kcal	華風きゅうり漬け	きび砂糖 ごま油・白ごま		きゅうり 人参	甘夏ゼリーの フルーツあえ	甘夏ゼリー			黄桃 みかん パイナップル	
	はちみつレモンゼリー	はちみつレモンゼリー								
10(火)	五目うどん	うどん	鶏肉 白かまぼこ 油揚げ 高野豆腐	ごぼう 人参 長葱	23(月)	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	玉葱
小学校 804 kcal	炒り豆腐包み焼き		炒り豆腐包み焼き		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		
中学校 897 kcal	ごま団子	白玉餅 黒ゴマ きび砂糖			焼肉丼の具	きび砂糖 キャノーラ油		豚肉 白かまぼこ	玉葱 人参 つきこんにゃく	
11(水)	コッペパン 野菜コンソメスープ	コッペパン								玉葱
小学校 586 kcal	野菜入り肉団子		野菜入り肉団子							
中学校 764 kcal	さつまいもマッシュ	さつまいも 上白糖	牛乳 生クリーム							

※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)