



11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	
4(火)	ごはん ピリ辛丼の具 卵除去食対応	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 ポークシュウマイ	キャベツ 人参・玉葱 たけのこ	キャベツ
小学校 694 kcal 中学校 895 kcal	ポークシュウマイ 大根の 中華ドレッシングあえ				玉 葱
5(水)	江別小麦パン ブラウシチュー	江別小麦パン じゃがいも キャノーラ油 小麦粉	豚肉 鶏レバー チーズ	玉葱 セロリ 人参	じゃがいも 玉 葱
小学校 611 kcal 中学校 782 kcal	あみ焼きハンバーグ ハムのマリネ		あみ焼きハンバーグ ポークハム	人参 キャベツ・人参 パセリ・玉葱 レモン果汁	玉 葱 キャベツ
6(木)	ごはん 豚汁 骨に注意して食べましょう いわしの生姜煮 大豆とひじきの炒め煮	ごはん じゃがいも きび砂糖 キャノーラ油	豚肉 豆腐 白みそ ベーコン・大豆 ひじき・高野豆腐 焼きちくわ	人参・玉葱・大根 長葱・ごぼう つきこんにゃく 人参	じゃがいも 玉 葱 長 葱 大豆
小学校 675 kcal 中学校 861 kcal					
7(金)	あんかけうどん ミニ揚げパン きゅうりともやしの あえもの	うどん 澱粉 豆腐ブレッド キャノーラ油 グラニュー糖 きび砂糖 キャノーラ油	鶏肉 油揚げ つと 焼き豚	干しいたけ 長葱・玉葱 人参 きゅうり・もやし 人参・レモン果汁	長 葱 玉 葱
小学校 692 kcal 中学校 757 kcal					
10(月)	ごはん すき焼き ごぼうのつまみ揚げ 白菜の浅漬け	ごはん きび砂糖 白ごま	豚肉 高野豆腐 焼き豆腐 ごぼうのつまみ揚げ	しらたき 玉葱・長葱 たまご茸 きゅうり 白菜 人参	玉 葱 長 葱 白 菜
小学校 639 kcal 中学校 869 kcal					
11(火)	スパゲティミートソース ほうれん草オムレツ 〔代替 揚げかまぼこ〕 ウインナーのソテー (中)アセロラゼリー	ソフトパスタ 小麦粉 キャノーラ油 アセロラゼリー	豚ひき肉 鶏レバー ほうれん草オムレツ 〔代替 揚げかまぼこ〕 チキンウインナー	玉葱 人参 コーン 枝豆	玉 葱
小学校 691 kcal 中学校 821 kcal					
12(水)	ごはん じゃがいもとわかめの みそ汁 骨に注意して食べましょう 鮭の塩ザンギ 切干大根の煮物	ごはん じゃがいも キャノーラ油 キャノーラ油 きび砂糖	油揚げ わかめ みそ 鮭の塩ザンギ 鶏肉 さつま揚げ	人参 長葱 切干大根 人参	じゃがいも み そ 長 葱
小学校 643 kcal 中学校 811 kcal					
13(木)	コッペパン かぼちゃの クリームシチュー 味付き肉団子 キャベツの レモンドレッシングあえ	コッペパン バター 生クリーム ドレッシング	鶏肉・牛乳 ベーコン 脱脂粉乳 味付き肉団子	かぼちゃ 玉葱 人参 キャベツ 人参 コーン	かぼちゃ 玉 葱 キャベツ
小学校 614 kcal 中学校 829 kcal					
14(金)	麦ごはん もずくスープ ショールンボー ピピンバ	麦ごはん もずく 豆腐 白かまぼこ きび砂糖 ごま油 白ごま	もずく 豆腐 白かまぼこ 豚肉 赤みそ	人参 長葱 玉葱 人参・もやし たけのこ・長葱 ほうれん草	長 葱 玉 葱
小学校 617 kcal 中学校 858 kcal					

	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	
17(月)	カレーうどん 白花豆コロッケ ラフランスゼリー入り フルーツポンチ	うどん 澱粉 キャノーラ油 ラフランスゼリー	鶏肉 油揚げ 焼きちくわ 白花豆コロッケ	玉葱 人参 長葱 パイナップル みかん 黄桃	玉 葱
小学校 728 kcal 中学校 853 kcal					
18(火)	ごはん 白菜となめこのみそ汁 骨に注意して食べましょう にしんの甘露煮 大根と鶏肉の煮物	ごはん 油揚げ 豆腐 白みそ きび砂糖 澱粉	鶏肉 白みそ にしんの甘露煮 鶏肉	白菜・人参 なめこ 長葱 大根 人参 枝豆	白 菜
小学校 607 kcal 中学校 777 kcal					
19(水)	ココアパン 大豆たつぷり トマトシチュー フランクフルト イタリアンサラダ (イタリアンドレッシング)	ココアパン じゃがいも きび砂糖・小麦粉 キャノーラ油 ドレッシング	大豆 ベーコン きび砂糖・小麦粉 キャノーラ油 ゼミドライソーセージ チーズ	人参 玉葱 枝豆 キャベツ きゅうり 人参	大豆 玉 葱 キャベツ
小学校 680 kcal 中学校 824 kcal					
20(木)	ごはん 吉野汁 みそだれ肉団子 変わりきんぴら タレ付き納豆 〔代替 納豆のり佃煮〕	ごはん 澱粉 きび砂糖 キャノーラ油	鶏肉 豆腐 豚肉・昆布 さつま揚げ	たけのこ・人参 干しいたけ・長葱 ごぼう・大根 人参・しらたき	
小学校 692 kcal 中学校 861 kcal					
21(金)	コッペパン 野菜コンソメスープ 骨に注意して食べましょう たらこのガーリックフライ ペンネポモドーロ (中)黒豆きなこクリーム	コッペパン ベーコン キャノーラ油 ペンネ キャノーラ油 きび砂糖 黒豆きなこクリーム	鶏肉 豆腐 豚肉・昆布 さつま揚げ	玉葱 人参 玉葱・人参 玉葱 ピーマン	玉 葱 キャベツ
小学校 604 kcal 中学校 779 kcal					
25(火)	ごはん けんちん汁 骨に注意して食べましょう さばの和風カレー煮 豚肉とごぼうの ごまみそ煮	ごはん きび砂糖 キャノーラ油 白ごま	鶏肉 豆腐 さばの和風カレー煮 豚肉 赤みそ	人参・大根 干しいたけ 長葱 ごぼう・人参 ピーマン しらたき	
小学校 725 kcal 中学校 893 kcal					
26(水)	タマゴソフトパン イタリアンスープ イタリアンチキン スイートパンプキン (中)ベビーチーズ	タマゴソフトパン マカロニ 砂糖 バター ベビーチーズ	鶏肉 豆腐 さばの和風カレー煮 豚肉 赤みそ	人参・大根 干しいたけ 長葱 ごぼう・人参 ピーマン しらたき	キャベツ 玉葱・人参 コーン かぼちゃ かぼちゃ
小学校 669 kcal 中学校 826 kcal					
27(木)	ごはん キーマカレー コーンと枝豆のソテー りんご 塩ラーメン	ごはん じゃがいも キャノーラ油 小麦粉 キャノーラ油 ラーメン	豚ひき肉 チーズ 鶏レバー 脱脂粉乳 チキンウインナー	玉葱 人参 人参 枝豆 りんご たけのこ もやし 玉葱・人参 長葱	玉 葱
小学校 736 kcal 中学校 958 kcal					
28(金)	ひじき入り揚げギョウザ 華風きゅうり漬け (中)焼きプリンタルト	キャノーラ油 きび砂糖・ごま油 白ごま 焼きプリンタルト	ひじき入り揚げギョウザ	きゅうり 人参	玉 葱
小学校 594 kcal 中学校 767 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)