



学校給食予定献立表(小学校)

月	火	水	木	金
<p>食べるときは 手を洗おう!</p> 	<p>1</p> <p><b>コッパパン・牛乳</b> 野菜と肉団子のスープ ミートボール(鶏肉・豚肉・玉葱・生姜 でん粉・パン粉(卵なし)・プルーン・パーム油) きやべつ・玉葱・人参・わかめ ミート(パン用) 豚肉・玉葱・人参・豆腐 パン粉(卵なし)・バター マカロニサラダ マカロニ・胡瓜・きやべつ・玉葱 人参・ツナ・マヨネーズ</p> <p>567/26.4</p>	<p>2</p> <p><b>ご飯・牛乳</b> わかめスープ うずら卵・わかめ・長葱 人参・生椎茸 ブルコキ 豚肉・白菜・玉葱・人参・にら しめじ・にんにく・コチジャン・ごま油 りんご(代替~セリ)</p> <p>563/20.1</p>	<p>今月の当別産食材</p>  <p>ごはん(ななつぼし) もやし らいおん(しいたけ(原木)(文化者)) ぶたにく ベーコン アスパラガス(浅野農場さん)</p>	
<p>7</p> <p><b>ハヤシライス(麦ご飯)・牛乳</b> 豚肉・玉葱・人参・トマト缶・グリーンピース しめじ・生姜・にんにく・牛乳・粉チーズ スキムミルク・バター・ハヤシルー・アップルビュール フルーツチャツネ(メロン・りんご・グレーズン) シャキシャキサラダ 大根・胡瓜・人参・コーン 和風ドレッシング フルーツヨーグルト ミックスフルーツ(みかん・パイナップル) 黄桃・白桃・ヨーグルト</p> <p>777/25.5</p>	<p>8</p> <p><b>コッパパン・牛乳</b> しいたけチャウダー 豚肉・きやべつ・玉葱・人参 生椎茸・コーン・牛乳・バター 鶏肉のハーブマヨネーズ 鶏肉・長葱・生姜・にんにく アップルビュール・レモン汁・米油 ジャーマンポテト ベーコン・じゃが芋・玉葱 ハセリ・バター・米油</p> <p>668/30.7</p>	<p>9</p> <p><b>かき揚げ丼(ご飯)・牛乳</b> かき揚げ(じゃが芋・玉葱・人参 ごぼう・えび・グリーンピース・卵白 小麦粉・でん粉)・菜種油 きのこ汁 豆腐・大根・長葱 まいたけ・えのきたけ ひじきのびりっとサラダ ひじき・きやべつ・人参 胡瓜・ツナ・米油・ラー油</p> <p>666/21.5</p>	<p>10</p> <p><b>ごもくうどん</b> うどん・鶏肉・ほうれん草・長葱・人参 つと・油揚げ・しめじ・干椎茸 牛乳 焼きちくわの磯部揚げ 竹輪・青のり・すりごま 小麦粉・上新粉・菜種油 ツナのサラダ きやべつ・玉葱・ツナ・和風ドレッシング</p> <p>523/22.9</p>	<p>11</p> <p><b>ご飯・牛乳</b> 吉野汁 豆腐・白菜・長葱・えのきたけ・でん粉 ほきのもみじ焼き ほき・人参・ハセリ・ハセリ すりごま・マヨネーズ 焼きちくわの味噌サラダ 竹輪・きやべつ・もやし 胡瓜・玉葱・人参</p> <p>604/25.0</p>
<p>14</p> <p><b>ゆかりご飯・牛乳</b> 具だくさん味噌汁 大根・人参・長葱・ごぼう 油揚げ・ごま油 味噌だれ肉団子 鶏肉・豚肉・玉葱・パン粉(卵なし) でん粉・りんご・ごま・ごま油 ピーンソテー 豚肉・ピーン・きやべつ 人参・干椎茸・米油</p> <p>622/22.5</p>	<p>15</p> <p><b>ソツフランス・牛乳</b> ミネストローネ 豚肉・きやべつ・玉葱・人参・トマト缶 さやいんげん・スパゲティ・粉チーズ 鶏肉のハーブマヨネーズ焼き 鶏肉・ハセリ・パン粉 パン粉(卵なし)・マヨネーズ ピーンソテー きやべつ・人参・コーン・大豆・青大豆 金時豆・サウザンドレッシング(卵黄入り)</p> <p>582/28.5</p>	<p>16</p> <p><b>ご飯・牛乳</b> 豚肉と野菜の煮物 豚肉・大根・人参・さやいんげん つきこんにやく・油揚げ・でん粉・米油 さんまおかか煮 さんま・水あめ・でん粉・生姜・かつお節 もやしの和え物 もやし・人参・コーン・中華ドレッシング</p> <p>685/27.5</p>	<p>17</p> <p><b>野菜ラーメン(醤油)・牛乳</b> ラーメン・豚肉・卵・マ・つと・白菜 もやし・人参・長葱 大根サラダ 大根・胡瓜・人参・えだまめ・ごま・ごま油 胡麻付き団子 もち米粉・白玉粉・ごま・小豆 寒天・でん粉・菜種油</p> <p>606/23.1</p>	<p>18</p> <p><b>ふわふわキーマカレー</b> 豚肉・豆腐・大豆・玉葱・人参 生姜・にんにく・青ピーマン・粉チーズ ソテー・オリーブオイル・スキムミルク・米油 カレーウ(りんご・バナナ・卵・ココナツ) 牛乳 アスパラサラダ アスパラ・きやべつ・ツナ 焙煎煎餅ドレッシング(卵黄入り) 冷凍みかん</p> <p>737/28.8</p>
<p>21</p> <p><b>ご飯・牛乳</b> 春雨入り麻婆豆腐 豚肉・豆腐・春雨・玉葱・人参 長葱・にら・干椎茸・生姜・にんにく 豆板醤・でん粉・ごま油 かにシユマイ 魚すり身・かに・豚脂・豆腐・玉葱 卵白・かまぼこ・小麦粉・パン粉・でん粉 ナムル 小松菜・もやし・人参・ごま・ごま油</p> <p>659/27.8</p>	<p>22</p> <p><b>かぼちゃパン・牛乳</b> 野菜と魚介のスープ えび・ほたて・豚肉 じゃが芋・玉葱・人参 チリコンカン 豚肉・大豆・マカロニ・玉葱・人参・トマト ハセリ・にんにく・小麦粉・バター・米油 ごぼうサラダ ごぼう・人参・コーン・ごま マヨネーズ・辛子マヨネーズ</p> <p>606/28.5</p>	<p>23</p> <p><b>ご飯・牛乳</b> かき玉汁 卵・白菜・小松菜・玉葱・長葱・えのきたけ 鮭のマンチカツ 鮭・玉葱・パン粉・大豆油・セラチン 卵・でん粉・小麦粉・菜種油 きやべつの味噌炒め 豚肉・きやべつ・人参・青ピーマン・生姜 にんにく・豆板醤・でん粉・ごま油</p> <p>676/25.8</p>	<p>24</p> <p><b>ミートソースパグティ</b> スパゲティ・豚肉・玉葱・人参 グリーンピース・トマト缶・粉チーズ・バター 米油・ハヤシルー(バナナ・りんご) 牛乳 揚げパン 小麦粉・卵・マーガリン 小麦胚芽・ライ麦粉・菜種油 もやしのイタリアンサラダ もやし・青ピーマン・人参 コーン・イタリアドレッシング</p> <p>757/30.4</p>	<p>25</p> <p><b>ご飯・牛乳</b> やさしいふりかけ ごま・でん粉・小麦胚芽・乳 人参・トマト・かぼちゃ・ほうれん草 どさんこ汁 じゃが芋・もやし・玉葱・人参・コーン 生姜・にんにく・バター・ごま油・とうがらし あじフライ あじ・小麦粉・パン粉(卵なし)・菜種油 ひじきと大豆の炒め煮 豚肉・ひじき・大豆・人参 つきこんにやく・油揚げ・米油</p> <p>698/27.5</p>
<p>28</p> <p><b>アスパラ豚丼(ご飯)</b> 豚肉・アスパラ・玉葱・しらたき・干椎茸 牛乳 いも団子汁 いも団子(じゃが芋・でん粉) 白菜・大根・人参 シヨロポン 豚肉・玉葱・きやべつ・たけのこ 春雨・椎茸・生姜・小麦粉・でん粉</p> <p>685/27.0</p>	<p>29</p> <p><b>コッパパン・牛乳</b> コーンシチュー 豚肉・じゃが芋・玉葱・人参 マカロニ・コーン・牛乳・バター ケチャップ肉団子 鶏肉・豚肉・玉葱・でん粉 パン粉(卵なし)・パーム油 グリーンサラダ えだまめ・きやべつ・胡瓜 サウザンドレッシング(卵黄入り)</p> <p>620/24.5</p>	<p>30</p> <p><b>ご飯・牛乳</b> 根菜のごま汁 大根・人参・ごぼう・長葱 油揚げ・すりごま 鶏肉の磯風味揚げ 鶏肉・生姜・青のり でん粉・菜種油 梅かつおおえ もやし・胡瓜・人参・かつお節・梅</p> <p>666/26.8</p>	<p>31</p> <p><b>カレーうどん</b> うどん・豚肉・玉葱・人参・長葱・つと・でん粉 カレーウ(りんご・バナナ・卵・ココナツ) 牛乳 野菜炒め 豚肉・きやべつ・青ピーマン 人参・しめじ・米油 みたらし団子 白玉もち・でん粉</p> <p>556/21.5</p>	<p><b>すききらいせす</b> 1口は必ず食べるよう にしましょ!</p> 

☆献立のしたの数字は小学中学年のエネルギー/たんぱく質の量です  
☆都合により献立の一部が変更する場合があります  
☆お子さんが楽しく食べた給食です 給食費は忘れず必ず納めましょう

◆お知らせ◆  
卵・ナッツ類が含まれているものに関しては、  
材料の欄に記載しています。