

献立名		食 材		
		熱やエネルギーのもと	からだ（肉・骨・血）をつくる	からだの調子を整える
1 (月)	ごはん じゃが芋の味噌汁 鶏肉の照り焼き 五目きんぴらごぼう	ごはん じゃがいも 砂糖 でん粉 ごま油 砂糖 ごま	みそ 鶏肉 ひじき	玉ねぎ 人参 長ねぎ ごぼう ビーマン 人参 こんにやく
2 (火)	コッペパン チキンクリームシチュー ハンバーグ ケチャップソース コーンソテー	パン じゃがいも バター 砂糖 バター	鶏肉 牛乳 鶏肉 豚肉 ベーコン	玉ねぎ 人参 玉ねぎ にんにく 生姜 コーン ビーマン 人参
3 (水)	ごはん 味噌けんちん汁 マグロカツ 肉じゃが	ごはん 油 ごま油 でん粉 パン粉（卵なし） 菜種油 じゃがいも 砂糖	豆腐 油揚げ みそ まぐろ 豚肉	大根 人参 長ねぎ ごぼう こんにやく 玉ねぎ 生姜 玉ねぎ 人参 しらたき
4 (木)	スパゲティ ミートソース イタリアンサラダ フルーツヨーグルト	スパゲティ 油 砂糖 小麦粉 オリーブ油 砂糖 砂糖	豚挽き肉 大豆ミート ヨーグルト	玉ねぎ 人参 ビーマン 生姜 にんにく トマト缶 キャベツ コーン 人参 きゅうり レモン果汁 黄桃缶 パイン缶
5 (金)	ごはん 春雨入り麻婆豆腐 中華風 フロccoliーサラダ りんご(代替ゼリー)	ごはん 春雨 ごま油 砂糖 でん粉 ごま油 砂糖	豆腐 豚挽き肉 みそ	玉ねぎ 小松菜 長ねぎ 人参 干し椎茸 生姜 にんにく ブロッコリー 大根 人参 コーン りんご
8 (月)	ごはん 大根の味噌汁 豚肉の生姜焼き風 じゃがいもきんぴら	ごはん 油 砂糖 じゃがいも ごま油 砂糖 ごま	みそ 豚肉 豚肉	大根 人参 長ねぎ 玉ねぎ 生姜 人参 ビーマン とうがらし
9 (火)	コッペパン ポトフ かぼちゃコロッケ マカロニサラダ	パン じゃがいも じゃがいも 米粉 小麦粉 パン粉（卵なし） 菜種油 マカロニ マヨネーズ	ウィンナー 脱脂粉乳 ツナ	キャベツ 玉ねぎ 人参 かぼちゃ 玉ねぎ 玉ねぎ きゅうり 人参
10 (水)	ごはん 豆腐ともずくのみそ汁 さばの塩焼き 大豆の五目煮	ごはん 油 砂糖 ラーメン	豆腐 もずく みそ さば 大豆 油揚げ ひじき 竹輪	長ねぎ 人参 長ねぎ 人参 人参
11 (木)	野菜醤油 ラーメン 春巻 ひじきのびいとサラダ	ラーメン 春雨 菜種油 油 砂糖 ラー油	豚肉 茎わかめ 豚肉 ひじき ツナ	もやし 白菜 玉ねぎ 人参 長ねぎ 生姜 にんにく 人参 玉ねぎ キャベツ 生姜 キャベツ きゅうり 人参
12 (金)	ポークカレー 大根と海藻のサラダ みかん(代替ゼリー)	ごはん じゃがいも 油 油 砂糖 ごま	豚肉 牛乳 ツナ わかめ つのぼた こんにやく 寒天 白きりんさい 茎わかめ 昆布	玉ねぎ 人参 生姜 にんにく 大根 きゅうり 人参 みかん

☆牛乳は毎日つきます。 ※太字は、当別町産です。  
☆都合により献立の一部を変更する場合があります。  
☆魚には骨がある場合があります。お箸で確認してよく噛んで食べましょう。  
☆給食費口座引き落とし日は、12/25(木)です。

◆ お知らせ ◆  
○卵・ナッツ類が含まれているものに関しては、食材の欄に記載しています。  
○この献立表には、加工品と調味料の一部に含まれるアレルギー物質について表示されていません。詳しくは給食センターまでお問い合わせください。

献立名		食 材		
		熱やエネルギーのもと	からだ（肉・骨・血）をつくる	からだの調子を整える
15 (月)	ごはん 豚汁 厚揚げの煮物 小松菜の南蛮漬け	ごはん じゃがいも 砂糖 油 ごま油 砂糖 ごま	豚肉 豆腐 みそ 厚揚げ	大根 玉ねぎ 長ねぎ 人参 ごぼう こんにやく ピーマン 筍 人参 生姜 小松菜 もやし 人参 とうがらし
16 (火)	ソフトフランス ポークブラウンシチュー フライドチキン フロccoliーサラダ シフォンケーキ(ブルーベリー)	パン じゃがいも 油 小麦粉 小麦粉 でん粉 菜種油 油 砂糖 米粉 砂糖	豚肉 鶏肉 牛乳	玉ねぎ 人参 エリンギ 生姜 にんにく にんにく ブロッコリー キャベツ 人参 コーン ブルーベリー
17 (水)	ごはん 中華スープ ギョーザ 回鍋肉	ごはん 小麦粉 油 砂糖 でん粉	豆腐 わかめ 鶏肉 豚肉 豚肉	チンゲン菜 人参 長ねぎ えのき茸 キャベツ にら 生姜 キャベツ 長ねぎ ピーマン にんにく
18 (木)	若鶏と小松菜の クリームスパゲティ じゃがいもガーリック炒め りんご(代替ゼリー)	スパゲティ バター じゃがいも 油 砂糖	鶏肉 牛乳 豚肉	小松菜 玉ねぎ 人参 えのき茸 しめじ にんにく パセリ りんご
19 (金)	ごはん 白菜と春雨のスープ チキンカツ キャベツとコーンの サラダ	ごはん 春雨 パン粉（卵なし） 菜種油 和風玉ねぎドレッシング	豚肉 鶏肉	白菜 人参 えのき茸 キャベツ きゅうり コーン 人参
22 (月)	ごはん おでん ほっけの塩焼き 冬至かぼちゃ	ごはん さつまいも 砂糖 砂糖	北石狩農業協同組合より寄贈米『ゆめぴりか』 厚揚げ 五目揚げ 昆布 ほっけ 小豆	大根 人参 こんにやく 干し椎茸 かぼちゃ
23 (火)	コッペパン ABCスープ タンドリーチキン ジャーマンポテト	パン マカロニ じゃがいも 油	豚肉 鶏肉 ヨーグルト ベーコン	キャベツ 玉ねぎ 人参 にんにく 生姜 にんにく 玉ねぎ パセリ
24 (水)	和風とぼろ丼 具だくさん味噌汁 三色和え	ごはん 油 ごま 砂糖 ごま油 砂糖 ごま油	鶏挽き肉 大豆ミート ひじき みそ 豆腐 みそ	人参 切干大根 干し椎茸 生姜 大根 人参 長ねぎ ごぼう こんにやく 小松菜 もやし 人参
25 (木)	カレーうどん もやしのナムル 黒糖蒸しパン	うどん 砂糖 でん粉 砂糖 ごま油 ごま ホットケーキミックス 黒砂糖 はちみつ 油	豚肉 つと 鶏卵 牛乳	玉ねぎ 小松菜 人参 長ねぎ 干し椎茸 もやし ほうれん草 人参
26 (金)	ごはん 酸辣湯 ヤンニョムチキン 野菜の麻婆炒め	ごはん でん粉 でん粉 菜種油 ごま ごま油 砂糖 でん粉	鶏肉 鶏卵 鶏肉 豚挽き肉 みそ	北石狩農業協同組合より寄贈米『ゆめぴりか』 玉ねぎ 人参 長ねぎ 干し椎茸 生姜 にんにく キャベツ もやし 人参 ピーマン 生姜 にんにく

寄 贈 が あ り ま し た ！  
北石狩農業協同組合より『ゆめぴりか』22日・26日に提供  
ホクレン農業協同組合連合会より『つづあん』22日に提供