

4月 予定こんだて (小学校)

当別町学校給食センター
TEL : 22-4401
FAX : 22-4402

献立名	食 材			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		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
料理名	料理ごとに主な使用食材をはたらき別に記載 ※太字は、当別町産です！			20 (月)	振替休日		
7 (水)	始業式・入学 8日(水)から給食が始まります！新一年生は21日(火)給食開始です。エフロンや三角巾の準備はいかかでしょうか。成長とともに、サイズアウトしていることもありますので、春休み中に確認をお願いします。			21 (火)	ポークカレー	ごはん じゃがいも 油	豚肉 牛乳 人参 玉ねぎ 生姜 にんにく
8 (水)	ピビンバ	ごはん 砂糖 ごま油 ごま	豚挽き肉	もやし 小松菜 長ねぎ 人参 生姜 にんにく	大根サラダ	砂糖 油	ハム 大根 きゅうり 人参
9 (木)	カレーうどん	うどん 砂糖 でん粉	豚肉 つと	玉ねぎ 人参 小松菜 長ねぎ 干し椎茸	カクテルゼリー		ゼリー(りんご もも ぶどう果汁 豆乳)寒天
10 (金)	ごはん	ごはん			22 (水)	ごはん	ごはん
11 (土)	豆腐ともずくのみそ汁		豆腐 もずく みそ	人参 長ねぎ	じゃがいもの味噌汁	じゃがいも	みそ
12 (日)	ぶりの照り焼き	砂糖	ぶり みそ	長ねぎ にんにく	五目野菜肉団子	パン粉(卵なし)	鶏肉
13 (月)	ごはん	ごはん			きんぴらごぼう	ごま油 砂糖 ごま	ひじき
14 (火)	厚揚げの味噌汁		厚揚げ みそ	大根 人参 長ねぎ	23 (木)	野菜醤油ラーメン	ラーメン
15 (水)	豚肉の生姜焼き風	油 砂糖	豚肉	玉ねぎ 生姜	ギョーザ	小麦粉	鶏肉 豚肉
16 (木)	ふきとツナの炒め煮	砂糖 油 ごま	ツナ ひじき	ふき 人参 こんにゃく	きゅうりの昆布和え	砂糖 ごま	昆布
17 (金)	コッペパン	パン			24 (金)	ごはん	ごはん
18 (土)	じゃがいものスープ	じゃがいも	豚肉	玉ねぎ 人参 しめじ パセリ	ゆといち芋団子汁	芋団子	鶏ごぼうボール
19 (日)	鶏肉のレモン煮	でん粉 小麦粉 砂糖 菜種油	鶏肉	レモン果汁	手作り和風ハンバーグ	パン粉(卵なし) 油 砂糖 でん粉	豚挽き肉 鶏卵
20 (月)	ごぼうサラダ	エッグケア(卵なし) ごま		ごぼう 人参 コーン	ポパイサラダ	砂糖 油	竹輪 チーズ
21 (火)	スタミナピリ辛	ごはん			お祝いクレープ	米粉	豆乳
22 (水)	肉みそ丼	ごま油 砂糖	豚挽き肉 みそ	玉ねぎ ピーマン 赤ピーマン コーン 生姜 にんにく	27 (月)	ごはん	ごはん
23 (木)	白菜と春雨のスープ	春雨	豚肉	白菜 人参 えのき茸	麻婆豆腐	油 ごま油 砂糖 でん粉	豚挽き肉 豆腐
24 (金)	くらげときゅうりの中華和え	砂糖 ごま油	中華くらげ	きゅうり 人参	バンサンスー	マロニー 砂糖 ごま油	ハム
25 (土)	スパゲティ	スパゲティ			28 (火)	コッペパン	パン
26 (日)	ミートソース	油 砂糖 小麦粉	豚挽き肉 大豆ミート	玉ねぎ 人参 ピーマン 生姜 にんにく トマト缶	マカロニのクリーム煮	マカロニ じゃがいも バター	豚肉 牛乳
27 (月)	フロッキーサラダ	油 砂糖		ブロッコリー 人参 キャベツ コーン	チキンナゲット	菜種油	鶏肉
28 (火)	ミニトマト			ミニトマト	29 (水)	コーンソテー	バター
29 (水)	ごはん	ごはん			30 (木)	五目うどん	うどん
30 (木)	大根の味噌汁		みそ	大根 人参 長ねぎ	おほかさサラダ	砂糖 ごま油 ごま	豚肉 油揚げ つと 高野豆腐
31 (金)	白身魚フライ	パン粉(卵なし) 菜種油	ほき		ココア蒸しパン	ホットケーキ粉 油 砂糖 はちみつ ココア	鶏卵 牛乳
32 (土)	大豆の五目煮	砂糖 油	大豆 油揚げ 竹輪 ひじき	人参			

『とべっこランチ♪』
この「とべのすけ」は、とべっこランチのマークです。

24 (金)	ごはん	ごはん		
25 (土)	ゆといち芋団子汁	芋団子	鶏ごぼうボール	大根 人参 ごぼう 長ねぎ
26 (日)	手作り和風ハンバーグ	パン粉(卵なし) 油 砂糖 でん粉	豚挽き肉 鶏卵	玉ねぎ 人参 しめじ
27 (月)	ポパイサラダ	砂糖 油	竹輪 チーズ	ほうれん草 人参 キャベツ
28 (火)	お祝いクレープ	米粉	豆乳	いちごピューレ

27 (月)	ごはん	ごはん		
28 (火)	麻婆豆腐	油 ごま油 砂糖 でん粉	豚挽き肉 豆腐	人参 長ねぎ 生姜 にんにく
29 (水)	バンサンスー	マロニー 砂糖 ごま油	ハム	キャベツ もやし きゅうり 人参 パイン缶
30 (木)	コッペパン	パン		
31 (金)	マカロニのクリーム煮	マカロニ じゃがいも バター	豚肉 牛乳	玉ねぎ 人参
32 (土)	チキンナゲット	菜種油	鶏肉	
33 (日)	コーンソテー	バター	ベーコン	コーン 人参 ピーマン
34 (月)	五目うどん	うどん		
35 (火)	おほかさサラダ	砂糖 ごま油 ごま	豚肉 油揚げ つと 高野豆腐	人参 小松菜 長ねぎ 干し椎茸 キャベツ 大根 人参 きゅうり
36 (水)	ココア蒸しパン	ホットケーキ粉 油 砂糖 はちみつ ココア	鶏卵 牛乳	

【鶏肉のレモン煮(2人分)】
 ○鶏もも肉または鶏むね肉…40g×2個
 ○酒、塩…適量
 ○でん粉、小麦粉…2:3で衣にする
 ○揚げ油…適量
 A) 醤油 大さじ1、砂糖 大さじ1、レモン果汁 大さじ2/3

① 鶏肉に酒、塩を揉みこんでおく。
 ② ①にでん粉と小麦粉を2:3で合わせて衣にす
 ③ 160~170℃の油で揚げる。
 ④ Aの調味料を合わせてさっと煮立たせる。
 ⑤ 揚げた鶏肉に、④のレモンだれをかけて
 できあがり。

給食レシピ紹介

☆牛乳は毎日つきます。
 ☆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。

◆ 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。
 ○マヨネーズをエッグケア(卵不使用のマヨネーズタイプ調味料)へ変更しました。