

予定献立表

献立名

チキンカレ-

コーンソテー

みそラーメン

海藻サラダ わかめごはん

けんちん汁

きゅうりの

豆乳プリン

コッペパン ベーコンとかぶの

ササミカツ

ビビンバ丼

もずくスープ

焼きパオパオ

五目うどん

さつまいももち

大根マヨサラダ

マカロニグラタン

ノース

和風きんぴら

包み焼き

おかかあえ

ひとくちぶたまん

ミニトマト



からだ(肉・骨)をつくる

(赤)

とり肉・粉乳・チーズ

ウインナー

豚肉

豚肉・卵白

わかめ・昆布

とり肉・豆腐

ゼラチン

かつお節

ベーコン

とり肉・大豆粉

豚肉•大豆

豚肉•大豆粉

まぐろ・みそ

とり肉・チーズ・牛乳

もずく・豆腐・ハム

とり肉・油揚げ・つと

とり肉・豆腐・油揚げ

わかめ

熱やエネルギーのもと

(黄)

じゃがいも・バター

小麦粉・豚脂・植物油

片栗粉・ごま油・砂糖 青じそドレッシング

砂糖・ぶどう糖・ごま

水あめ・植物油・砂糖 コッペパン

パン粉・小麦粉

片栗粉・植物油 米粉・バター・植物油

パン粉・マカロ3 ごはん

植物油

きび糖・ごま・ごま油

小麦粉・砂糖・豚脂

]-ンスターチ・小麦でん粉

さつまいも・じゃがいも

砂糖・小麦製品・植物液

卵抜きマヨネーズ

きび糖

ごはん

バター

ラーメン 植物油

ごはん

ごま油

ごま

じゃがいも

石狩市学校給食センター TEL:62-8015 FAX:72-2223

からだの調子を整える

(緑)

玉ねぎ・人参・にんに

生姜・りんご・トマト

人参・玉ねぎ・にんにく

筍・もやし・生姜

キャベツ・人参

大根・人参・ごぼう

玉ねぎ・ごぼう・生姜

玉ねぎ・かぶ・セロリ

小松菜・人参・にんにく

生姜・もやし・長ねぎ

人参・白菜・長ねぎ

キャベツ・長ねぎ

こんにゃく粉・生姜

人参・しめじ・長ねぎ

人参・パセリ

玉ねぎ・パセリ

コーン・枝豆

ミニトマト

長ねぎ

長ねぎ

人参

きゅうり

令和6年度

<u>市和0年度</u>					
☆ 予定献立表について ☆					į
牛乳(お茶)は、毎日つきます。大字は石狩産食材を示しています。					22日
(ごはんやイエスクリーン米、パン、ラーメンの小麦粉は石狩産を使用しています) ・ 使用している海藻類はえび・かにの生息地で採取されたものです。 ・ 都合により、献立が変更になる場合がありますことをご了承ください。 ・ 小学校のエネルギー(kcal)は、3・4年生のものを表示しています。					(月)
					小学校
					732kcal
					中学校
Ī	獣 立 名		からだ(肉・骨)をつくる		900kcal
		(黄)	(赤)	(緑)	
9日 (火)	とり塩わかめうどん	うどん	とり肉・わかめ	人参・長ねぎ・生姜 筍・白菜・玉ねぎ	23日(火)
小学校 736kcal	ちくわチーズ 磯辺揚げ	小麦粉・片栗粉・植物油	ちくわ・チーズ・全卵 粉乳・大豆粉・あおさ		小学校 660kcal
中学校		砂糖	豆乳・寒天	みかん缶・パイン缶	中学校
802kcal	フルーツカクテル			りんご果汁・桃果汁 ぶどう果汁	772kcal
10日	イエスクリーン米	イエスクリーン米			24日
(水)		じゃがいも	豚肉・豆腐・みそ	人参・玉ねぎ・長ねぎ	(水)
小学校	豚汁	0 63 010	INSTANTANTANTANTANTANTANTANTANTANTANTANTANT	ごぼう・生姜	小学校
637kcal				こんにゃく	688kcal
中学校	さばの塩焼き	-	さば		中学校
777kcal	三色ごまあえ	きび糖・ごま	みそ	ほうれん草・もやし 人参	792kcal
11目	バター丸パン	バター丸パン		ハシ	25日
(木)	コーンポタージュ	米粉・バター	牛乳	人参・玉ねぎ・コーン	(木)
小学校		 豚脂・小麦粉・パン粉	とり肉	キャベツ	小学校
	キャベツメンチカツ	片栗粉・砂糖・植物油	C9143	7 1/1/2	バナベ 653kcal
中学校		コーソフラワー • フライミックス粉			中学校
877kcal	イタリアンサラダ	イタリアンドレッシング	ЛД	キャベツ・人参・枝豆	846kcal
12目	ごはん	ごはん			26目
(金)		きび糖・植物油	豚肉・豆腐・いか	人参・玉ねぎ・にんにく	
	豆腐の中華煮	片栗粉		生姜・チンゲン菜	(金)
小学校			= 7 ° + >	干椎茸・筍	小学校
671kcal 中学校	えびシューマイ	片栗粉・砂糖・パン粉 小麦粉	えび・たら	玉ねぎ	663kcal 中学校
	バンサンスー	きび糖・ごま・ごま油・春雨	ЛΔ	 人参・きゅうり・もやし	829kcal
	【中】グレープゼリー	砂糖		ぶどう果汁	
	ごはん	ごはん			30日
(月)	4 4 4 1 L		さつま揚げ・油揚げ	えのき・こんにゃく	(火)
小学校	たぬき汁			長ねぎ・人参	小学校
652kcal	しょうゆ肉団子	パン粉・植物油・豚脂	とり肉・豚肉	玉ねぎ・生姜	704kcal
中学校		ごま油・砂糖	望来豚・ みそ	人参・ごぼう・生姜	中学校
841kcal	ごまみそ煮	きび糖・ごま・植物油	堂米 が・みて	人参・こはり・主妄	785kcal
16日		スパゲティ			
(火)	ナポリタン	小麦粉・バター	豚肉・ウインナー	玉ねぎ・エリンギ	MON
	スパゲティ			ピーマン・にんにく	g g
小学校 742kcal		じゃがいも・米粉		生姜・トマト・人参 玉ねぎ	
中学校	ハッシュポテト	植物油		E18C	
846kcal	コールスローサラダ	コールスローサラダ		キャベツ・人参 きゅうり	
17日	イエスクリーン米	イエスクリーン米			
(水)			とり団子・豆腐・みそ	人参・えのき・大根	
小学校 676keel	とりつみれみそ汁	小裤。片垂松		長ねぎ	
676kcal 中学校	いわし土安点	砂糖•片栗粉	いわし	生姜	
801kcal	豚肉とれんこんの 甘辛炒め	きび糖・植物油	豚肉	玉ねぎ・人参・生姜 いんげん・れんこん	
100	スライスパン	スライスパン		V 1701270 - 1070C/U	
18日			ウインナー	人参・玉ねぎ・セロリ	
(木) 小学校	野菜スープ	砂糖・パン粉・水あめ	とり肉	キャベツ・パセリ 玉ねぎ・りんご	
小子校 630kcal	照り焼きハンバーグ	砂糖・ハン粉・小のの 植物油	C910	上19日・リルに	
中学校	ポテトサラダ	卵抜きマヨネーズ	ヨーグルト・ハム	きゅうり・人参	
774kcal		じゃがいも		玉ねぎ	

学校給食における食物アレルギー対応について

【中】ミルメークココア 砂糖・ぶどう糖・ココア

石狩市学校給食センターでは、食物アレルギー等を持つ児童生徒に通常の献立の他に、アレルゲンを記した明示献立表の配付及び牛乳代替として麦茶提供を行っておりますが、これらに加えて、「卵除去食」及び「卵・乳及び乳製品を使用した加工食品の代替食」を提供しています。

提供しています。 これらのアレルギー対応を希望される場合は、「食物アレルギー等に関する調査票」や 医師の診断による「学校生活管理指導表」の提出が必要になりますので、学校へご相談願います。



ミニトマトや団子、 魚の骨は気をつけて食べましょう



大根・コーン・人参



好ききらいをしないで いろいろなものを

食べましょう