



# 4月 予定献立表



石狩市学校給食センター  
TEL：62-8015  
FAX：72-2223

令和6年度

| ☆ 予定献立表について ☆                                                                                                                                                                                                                                                            |  |                   |                                         |                          | 献立名                                |                                | 食 材      |                          |                                   |                                                         |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-------------------|-----------------------------------------|--------------------------|------------------------------------|--------------------------------|----------|--------------------------|-----------------------------------|---------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"><li>・ 牛乳（お茶）は、毎日つきます。</li><li>・ 太字は石狩産食材を示しています。<br/>（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）</li><li>・ 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。</li><li>・ 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。</li><li>・ 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。</li></ul> |  |                   |                                         |                          | 22日<br>(月)                         |                                | チキンカレー   | ごはん<br>じゃがいも・バター         | からだ(肉・骨)をつくる<br>(赤)<br>とり肉・粉乳・チーズ | からだの調子を整える<br>(緑)<br>玉ねぎ・人参・にんにく<br>生姜・りんご・トマト<br>なつめやし |
|                                                                                                                                                                                                                                                                          |  |                   |                                         |                          | 小学校<br>732kcal                     |                                | コーンソテー   | バター                      | ウインナー                             | コーン・枝豆                                                  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                          |  |                   |                                         |                          | 中学校<br>900kcal                     |                                | ミニトマト    |                          |                                   | ミニトマト                                                   |
|                                                                                                                                                                                                                                                                          |  |                   |                                         |                          | 23日<br>(火)                         |                                | みそラーメン   | ラーメン<br>植物油              | 豚肉                                | 人参・玉ねぎ・にんにく<br>筍・もやし・生姜<br>長ねぎ                          |
|                                                                                                                                                                                                                                                                          |  |                   |                                         |                          | 小学校<br>660kcal                     |                                | ひとくちぶたまん | 小麦粉・豚脂・植物油<br>片栗粉・ごま油・砂糖 | 豚肉・卵白                             | 玉ねぎ                                                     |
|                                                                                                                                                                                                                                                                          |  |                   |                                         |                          | 中学校<br>772kcal                     |                                | 海藻サラダ    | 青じそドレッシング                | わかめ・昆布                            | キャベツ・人参                                                 |
| 9日<br>(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<br>筍・白菜・玉ねぎ              |                                |          |                          |                                   |                                                         |
| 小学校<br>736kcal                                                                                                                                                                                                                                                           |  | ちくわチーズ<br>磯辺揚げ    | 小麦粉・片栗粉・植物油                             | ちくわ・チーズ・全卵<br>粉乳・大豆粉・あおさ |                                    |                                |          |                          |                                   |                                                         |
| 中学校<br>802kcal                                                                                                                                                                                                                                                           |  | フルーツカクテル          | 砂糖                                      | 豆乳・寒天                    | みかん缶・パイナップル缶<br>りんご果汁・桃果汁<br>ぶどう果汁 |                                |          |                          |                                   |                                                         |
| 10日<br>(水)                                                                                                                                                                                                                                                               |  | イエスクリーン米          | イエスクリーン米                                |                          |                                    |                                |          |                          |                                   |                                                         |
| 小学校<br>637kcal                                                                                                                                                                                                                                                           |  | 豚汁                | じゃがいも                                   | 豚肉・豆腐・みそ                 | 人参・玉ねぎ・長ねぎ<br>ごぼう・生姜<br>こんにゃく      |                                |          |                          |                                   |                                                         |
| 中学校<br>777kcal                                                                                                                                                                                                                                                           |  | さばの塩焼き            |                                         | さば                       |                                    |                                |          |                          |                                   |                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                          |  | 三色ごまあえ            | きび糖・ごま                                  | みそ                       | ほうれん草・もやし<br>人参                    |                                |          |                          |                                   |                                                         |
| 11日<br>(木)                                                                                                                                                                                                                                                               |  | バター丸パン            | バター丸パン                                  |                          |                                    |                                |          |                          |                                   |                                                         |
| 小学校<br>737kcal                                                                                                                                                                                                                                                           |  | コーンポタージュ          | 米粉・バター                                  | 牛乳                       | 人参・玉ねぎ・コーン                         |                                |          |                          |                                   |                                                         |
| 中学校<br>877kcal                                                                                                                                                                                                                                                           |  | キャベツメンチカツ         | 豚脂・小麦粉・パン粉<br>片栗粉・砂糖・植物油<br>コーン粉・ファミリア粉 | とり肉                      | キャベツ                               |                                |          |                          |                                   |                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                          |  | イタリアンサラダ          | イタリアンドレッシング                             | ハム                       | キャベツ・人参・枝豆                         |                                |          |                          |                                   |                                                         |
| 12日<br>(金)                                                                                                                                                                                                                                                               |  | ごはん               | ごはん                                     |                          |                                    |                                |          |                          |                                   |                                                         |
| 小学校<br>671kcal                                                                                                                                                                                                                                                           |  | 豆腐の中華煮            | きび糖・植物油<br>片栗粉                          | 豚肉・豆腐・いか                 | 人参・玉ねぎ・にんにく<br>生姜・チンゲン菜<br>干椎茸・筍   | 小松菜・人参・にんにく<br>生姜・もやし・長ねぎ<br>筍 |          |                          |                                   |                                                         |
| 中学校<br>839kcal                                                                                                                                                                                                                                                           |  | えびシューマイ           | 片栗粉・砂糖・パン粉<br>小麦粉                       | えび・たら                    | 玉ねぎ                                | 人参・白菜・長ねぎ                      |          |                          |                                   |                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                          |  | ハンサンスー            | きび糖・ごま・ごま油・春雨                           | ハム                       | 人参・きゅうり・もやし                        | キャベツ・長ねぎ<br>こんにゃく粉・生姜          |          |                          |                                   |                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                          |  | 【中】グレープゼリー        | 砂糖                                      |                          | ぶどう果汁                              |                                |          |                          |                                   |                                                         |
| 15日<br>(月)                                                                                                                                                                                                                                                               |  | ごはん               | ごはん                                     |                          |                                    |                                |          |                          |                                   |                                                         |
| 小学校<br>652kcal                                                                                                                                                                                                                                                           |  | ためき汁              |                                         | さつま揚げ・油揚げ                | えのき・こんにゃく<br>長ねぎ・人参                |                                |          |                          |                                   |                                                         |
| 中学校<br>841kcal                                                                                                                                                                                                                                                           |  | しょうゆ肉団子           | パン粉・植物油・豚脂<br>ごま油・砂糖                    | とり肉・豚肉                   | 玉ねぎ・生姜                             |                                |          |                          |                                   |                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                          |  | 望来豚とごぼうの<br>ごまみそ煮 | きび糖・ごま・植物油                              | 望来豚・みそ                   | 人参・ごぼう・生姜                          |                                |          |                          |                                   |                                                         |
| 16日<br>(火)                                                                                                                                                                                                                                                               |  | ナポリタン<br>スパゲティ    | スパゲティ<br>小麦粉・バター                        | 豚肉・ウインナー                 | 玉ねぎ・エリンギ<br>ピーマン・にんにく<br>生姜・トマト・人参 |                                |          |                          |                                   |                                                         |
| 小学校<br>742kcal                                                                                                                                                                                                                                                           |  | ハッシュポテト           | じゃがいも・米粉<br>植物油                         |                          | 玉ねぎ                                |                                |          |                          |                                   |                                                         |
| 中学校<br>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<br>きゅうり                    |                                |          |                          |                                   |                                                         |
| 17日<br>(水)                                                                                                                                                                                                                                                               |  | イエスクリーン米          | イエスクリーン米                                |                          |                                    |                                |          |                          |                                   |                                                         |
| 小学校<br>676kcal                                                                                                                                                                                                                                                           |  | とりつみれみそ汁          |                                         | とり団子・豆腐・みそ               | 人参・えのき・大根<br>長ねぎ                   |                                |          |                          |                                   |                                                         |
| 中学校<br>801kcal                                                                                                                                                                                                                                                           |  | いわし生姜煮            | 砂糖・片栗粉                                  | いわし                      | 生姜                                 |                                |          |                          |                                   |                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                          |  | 豚肉とれんこんの<br>甘辛炒め  | きび糖・植物油                                 | 豚肉                       | 玉ねぎ・人参・生姜<br>いんげん・れんこん             |                                |          |                          |                                   |                                                         |
| 18日<br>(木)                                                                                                                                                                                                                                                               |  | スライスパン            | スライスパン                                  |                          |                                    |                                |          |                          |                                   |                                                         |
| 小学校<br>630kcal                                                                                                                                                                                                                                                           |  | 野菜スープ             |                                         | ウインナー                    | 人参・玉ねぎ・セロリ<br>キャベツ・パセリ             |                                |          |                          |                                   |                                                         |
| 中学校<br>774kcal                                                                                                                                                                                                                                                           |  | 照り焼きハンバーグ         | 砂糖・パン粉・水あめ<br>植物油                       | とり肉                      | 玉ねぎ・りんご                            |                                |          |                          |                                   |                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                          |  | ポテトサラダ            | 卵抜きマヨネーズ<br>じゃがいも                       | ヨーグルト・ハム                 | きゅうり・人参<br>玉ねぎ                     |                                |          |                          |                                   |                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                          |  | 【中】ミルメークココア       | 砂糖・ぶどう糖・ココア                             |                          |                                    |                                |          |                          |                                   |                                                         |

MOOU

ミニトマトや団子、  
魚の骨は気をつけて食べましょう

MOOU

げんき

あ

ことば

元気の合い言葉

はやく

早寝

おやすみ

<